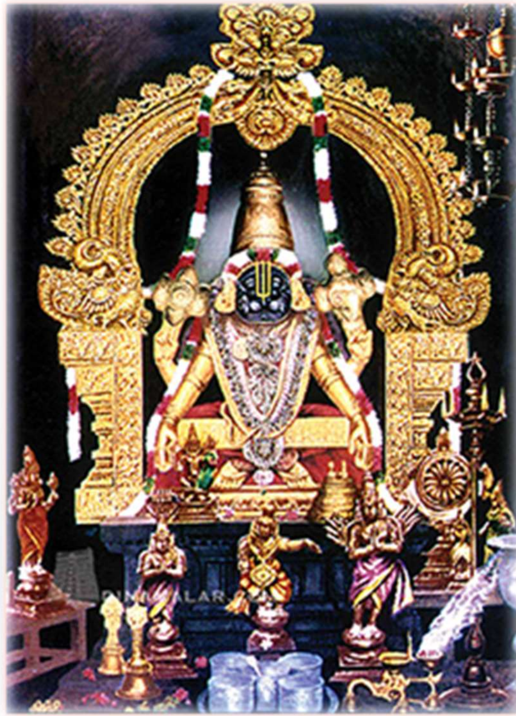


శ్రీమతే రామానుజాయ నమః

శ్రీమద్వరవరమునయే నమః

అష్టాంగయోగమ్

09-09-2023



యోగ నరసింహ స్వామి, షోలింగూర్



'పండితరత్న'

డా|| ఉ. వే. శ్రీమాన్ ఈయుణ్ణి అఴగ శింగరాచార్యులు

సమర్పణ: వంగల వేంకట కేశవ అయ్యంగారు

విషయ సూచిక

శ్రీమన్నాథమునుల అష్టాంగయోగమ్

శ్రీమాన్ డా. ఈ. ఏ. శింగరాచార్యులు

భూయో నమో ఽ పరిమితాచ్యుతభక్తితత్త్వ–
జ్ఞానామృతాబ్ధిపరివాహశుభైః వచోభిః,
లోకే ఽ వతీర్ణపరమార్థసమగ్రభక్తి–
యోగాయ నాథమునయే యమినాం వరాయ.

అంతు లేని, అచ్యుతుడు అనబడే భగవంతుని విషయంలోని భక్తి, స్వరూపయాథాత్మ్యజ్ఞానం అనే అమృతసముద్రంలోని ప్రవాహరూపాలైన, మంగళకరాలైన అవిస్తరాలైన, అసందిగ్ధమైన తమ శుభవచనాలతో ఈ లోకంలో పరమార్థరూపమైన, సమగ్రమైన భక్తి, తత్త్వజ్ఞానం– అనే ఈ రెండిటిని అవతరింపచేసినవారు, యతిశ్రేష్ఠులైన శ్రీమన్నాథమునులకు మాటిమాటికి నమస్కారం.

శ్రియఃపతి అయిన సర్వేశ్వరునిచేత " మయర్వఱ మదినలమ్ అరుళినన్" అనే విధంగా భక్తిరూపంగా పరిణమించిన, భ్రమ ప్రమాదాది దోషాలు లేని జ్ఞానంతో అనుగ్రహింపబడినవారు దివ్యసూరులు అనబడే ఆళ్వార్లు. ఈ ఆళ్వారులు పదిమంది. వీరందరూ పూజనీయులే. అయినప్పటికీ, వీరిలో అవయవి అని, అంగి అని విశేషించి కీర్తింపబడేవారు నమ్మాళ్వార్లు. భగవంతుని నిర్హేతుకకృపాకటాక్షం వల్ల విశదతమంగా తత్త్వజ్ఞానాన్ని పొందినవారు, వీరు. వీరే మన సంప్రదాయానికి కూటస్థులుగా, ప్రపన్నజనకూటస్థులుగా, ఆప్తతములుగా ఆరాధింపబడుతున్నారు.

ఆప్తుడు అంటే ఎవరు? ఆప్తత్వం అంటే ఏమి? అనే విషయాన్ని నంబిళ్ళై ఈడు వ్యాఖ్యానంలో వివరిస్తూ, " యథార్థదర్శిత్వే సతి యథాదృష్టార్థవాదిత్వమ్ ఆప్తత్వమ్" అని నిర్వచించారు. అంటే, యథార్థాన్ని తాను చూడడంతో పాటు, తాను చూచిన ఆ యథార్థాన్ని తాను ఏ విధంగా చూచాడో, ఆ విధంగా చెప్పేవాడు ఆప్తుడు. సర్వేశ్వరుడు నమ్మాళ్వారులకు తత్త్వాలను విశదతమంగా ఉపదేశించి, దర్శింపచేశాడు. ఆ విధంగా భగవంతుడు తమకు చేసిన ఉపదేశాలను యథాతథంగా స్వీకరించి, వాటిని ఉన్నవి ఉన్నట్లుగా యథార్థంగా నమ్మాళ్వారులు నాలుగు వేదాల సారాలు అయిన నాలుగు ప్రబంధాల ద్వారా వ్యక్తం చేశారు. అవి, తిరువిరుత్తం, తిరువాశిరియం, పెరియ తిరువందాది, తిరువాయ్ మొళ్ళి– అని నాలుగు. ఈ నాలుగు ప్రబంధాలలోకూడా, ప్రధానమైనది చరమప్రబంధమైన తిరువాయ్ మొళ్ళి ప్రబంధం.

నమ్మాళ్వారులు విభవావతారంలో 16 సంవత్సరాల పాటు, సమాధిలో ఉన్నారు. ఆ సమాధిలో భగవంతుని సాక్షాత్కారాన్ని పొంది, భగవంతుని స్వరూపరూప గుణవిభూతి లీలలను చాలా విశదతమంగా దర్శించి అనుభవించారు. వీరిని జననసమయలబ్ధజ్ఞానభక్తప్రశాంతులని అంటారు. ప్రపన్నులకు దేహావసానంలో భగవంతుని అనుగ్రహంవల్ల పరభక్తి కలుగుతుంది— అని ఈడు వ్యాఖ్యానంలో నంబిళ్ళై అనుగ్రహించిన సూక్తి. కానీ, నమ్మాళ్వారుల విషయంలో అయితే, వారికి వారి జననసమయంలోనే ఆ పరభక్తి భగవంతుని అనుగ్రహంవల్ల సిద్ధించింది. వీరు ఈ లోకంలో 32 సంవత్సరాల కాలం వేంచేసి ఉండి, ఆ తరువాత భగవంతుని కృప వల్ల పరమపదాన్ని పొందారు.

ఆ తరువాత, వారు లక్ష్మీదేవి ఆజ్ఞను అనుసరించి,

"వ్యోమ్నః పరస్తాత్ సవిధం సమేత్య
లక్ష్మ్యా నియోగాత్ కురుకాధిరాజః,
స మంత్రరత్నం ద్వయ మాహ యస్మై
నాథాయ తస్మై మునయే నమో ఽ స్తు"

అని చెప్పిన విధంగా, లక్ష్మీదేవి ఆజ్ఞను అనుసరించి ఈ లోకంలో 1200 సంవత్సరాలకు పూర్వం అవతరించిన శ్రీమన్నాథమునులకు, దివ్యదృష్టిని అనుగ్రహించి, రహస్యత్రయం, నాలాయిర దివ్యప్రబంధం, అఖిలదర్శనతాత్పర్యం, ఆస్తికనాస్తికదర్శనాల స్వరూపం మొదలైన సమస్తవిషయాలకు సంబంధించిన జ్ఞానాన్ని విశదతమంగా అనుగ్రహించారు, ఆ విధంగానే, నాథమునులకు అష్టాంగయోగాన్ని కూడా ఉపదేశించారు— అని ఆఱాయిరప్పడి గురుపరంపరాప్రభావం అనే గ్రంథంలో పిన్బళగియ పెరుమాళ్ జీయర్ అనే ఆచార్యులు తెలియజేశారు.

అళ్వార్లు నాథమునులకు రహస్యత్రయాన్ని, నాలాయిర దివ్యప్రబంధాన్ని ఉపదేశించారు— అనే విషయం మనకు తెలుసు. అయితే, పైన ప్రస్తావించిన గురుపరంపరా ప్రభావసూక్తిని గమనించినట్లయితే, సర్వశాస్త్రాలను, అష్టాంగయోగాన్ని కూడా నాథమునులకు నమ్మాళ్వారులు ఉపదేశించారు అని ఏర్పడుతున్నది.

దీనినిబట్టి ఇక్కడ ఏమి అర్థం అవుతున్నది? అని అంటే, మన సంప్రదాయంలో సకలశాస్త్రాలకు మూలభూతులు నమ్మాళ్వారులే— అని తెలుస్తున్నది.

శ్రీమద్వేదాంతదేశికులు శ్రీమద్రహస్యత్రయసారమనే గ్రంథంలో " శెయ్య తమిళ్ మాలైకళై నామ్ తెళియ వోది, తెళియాద మఱైనిలంగళై తెళిగిన్ఱోమే" (ఋజువైన ద్రావిడవేద

సూక్తులను మేము స్పష్టంగా అధ్యయనం చేసి, అంతవరకు తెలియని వేదరహస్యాలను తెలుసుకున్నాము) అని అంటూ "అళ్వారుల ఉపదేశాలను పురస్కరించుకొని, సకలశాస్త్రార్థతత్వాలను మేము నిష్కర్షించుకోగలుగుతున్నాము"– అని అన్నారు. ఆ విధంగానే, ద్రావిడబ్రహ్మసూత్రకారులు, ఆచార్యహృదయ గ్రంథకారులైన అళ్గియ మణవాళ ప్పెరుమాళ్ నాయనార్ అనే ఆచార్యులు " భాష్యకారర్ ఇదు కొండు సూత్రవాక్యంగళై ఒరుంగ విడువర్" (తిరువాయ్ మొళ్ళి ప్రబంధాన్ని పురస్కరించుకొని, శ్రీరామానుజులు బ్రహ్మసూత్రవాక్యాలను సమన్వయించి, వివరించారు) అని అంటూ ఆళ్వారుల శ్రీసూక్తులను ఆధారంగా చేసికొని శ్రీరామానుజులు శ్రీభాష్యగ్రంథాన్ని అనుగ్రహించారు– అని అన్నారు. కనుక మన సంప్రదాయంలో కూటస్థులు నమ్మాళ్వారులే. అందుచేత, మన ఉభయవేదాంత సంప్రదాయంలోని అన్ని ఉపదేశాలకు మూలం ఆళ్వారులే.

ఈ క్రమాన్ని అనుసరించి, మన సంప్రదాయంలో అష్టాంగయోగానికికూడా మూలపురుషులు ఆళ్వార్లే.

అష్టాంగయోగాన్ని నాలుగు యుగాలలో నలుగురు ప్రవర్తకుల ప్రవర్తింప చేశారు– అని భార్గవపురాణం తెలుపుతున్నది. కృతయుగంలో దత్తాత్రేయుడు, త్రేతాయుగంలో రఘునందనుడు, ద్వాపరయుగంలో వాసుదేవుడు, కలియుగంలో పరాంకుశులు ఈ యోగశాస్త్ర ప్రవర్తకులు– అని ఆ పురాణం తెలిపింది.

కృతయుగంలో దత్తాత్రేయుడు కార్తవీర్యార్జునునకు అష్టాంగయోగశాస్త్రాన్ని ఉపదేశించాడు. త్రేతాయుగంలో శ్రీరాముడు హనుమంతునకు శ్వేతద్వీపంలో మాండూక్యోపనిషత్ ఆధారంగా యోగశాస్త్రాన్ని ఉపదేశించాడు– అని ముక్తికోపనిషత్ తెలుపుతున్నది. ఆ విధంగానే, శ్రీకృష్ణుడు ద్వాపరయుగంలో యోగశాస్త్రరూపమైన భగవద్గీతను ఉపదేశించి, ఈ శాస్త్రాన్ని ప్రవర్తింపజేశాడు. ఈ కలియుగంలో నమ్మాళ్వారులు తిరువాయ్ మొళ్ళి ప్రబంధంద్వారా శరణాగతి అనే ఒక గొప్ప యోగాన్ని ఉపదేశించారు– అని భార్గవపురాణం తెలుపుతున్నది. ఇందువల్ల ఈ యుగంలో అష్టాంగయోగానికి మూలపురుషులు నమ్మాళ్వారులే అని తెలుస్తున్నది.

ఇక్కడ ఒక ప్రశ్న కలుగవచ్చు. ఆఱాయిరప్పడి గురుపరంపరా ప్రభావగ్రంథంలో– ఆళ్వార్లు నాథమునులకు యోగాన్ని ఉపదేశించారు– అని చెప్పబడింది. శ్రీమన్నాథమునులు ఆ యోగాన్ని తమ శిష్యులు అయిన కురుగై కావలప్పన్ కు ఉపదేశించారు. తరువాత, ఆ

యోగసంప్రదాయం భగవద్యామునుల కాలంలో లోపించిందికదా. మరి, ఆ సంప్రదాయం ఏ విధంగా తరువాత కొనసాగింది? అనే ప్రశ్న ఇక్కడ కలుగవచ్చు.

శ్రీమద్వేదాంతదేశికులు దీనికి సమాధానాన్ని రహస్యత్రయ సారమనే గ్రంథంలో ఏమని తెలియజేశారు? అంటే– ఒక ఉపదేశాన్ని కోల్పోవడం నిజమే. కురుగై కావలప్పన్ దగ్గరనుండి యామునులు తాము పొందదలచిన, యోగరహస్యానికి చెందిన ఒక మంత్రాన్ని కోల్పోవడం జరిగింది. ఆళ్వార్లు నాథమునులకు యోగశాస్త్రాన్ని ఉపదేశించినప్పుడు, ఆ యోగం త్వరగా సిద్ధించడానికి అనువైన ఒక మంత్రాన్ని ఉపదేశించారు. ఆ మంత్రం ద్వారా పరమాత్మ సాక్షాత్కారం శీఘ్రంగా సిద్ధిస్తుంది. ఆ మంత్రాన్ని శ్రీమన్నాథమునులు ఆళ్వారుల వల్ల పొంది, దానిని కురుగై కావలప్పన్ కు ఉపదేశించారు. ఆ మంత్రమే శ్రీయామునుల కాలంలో ఉపదేశపరంపరలో లోపించింది. యోగశాస్త్రప్రక్రియ ఉపదేశపరంపరలో పూర్తిగా లోపించలేదు. లోపించినది ఏమంటే – శీఘ్రంగా పరమాత్మ సాక్షాత్కారాన్ని కలిగించే మంత్రవిశేషమే. అష్టాంగయోగప్రక్రియ ప్రక్రియ అయితే, నమ్మాళ్వారుల దగ్గరనుండి శ్రీమణవాళ మహామునుల వరకు కొనసాగింది– అని తెలుస్తున్నది. మన పూర్వాచార్యులు అందరూ దీనిని, సాధనరూపంగా కాకుండా, స్వయంప్రయోజన రూపంగా ఆచరించినవారే. దీనికి కొన్ని ఉదాహరణలను కూడా గమనిద్దాం.

ఆళ్వారులు యోగనిష్ఠులు అనే విషయం వారి చరిత్రలో సుప్రసిద్ధం. నాథమునులు యోగి అనే విషయంకూడా వారి చరిత్ర వల్ల తెలుస్తున్నది. ఆ తరువాత, శ్రీమద్యామునులు కూడా యోగి అనే వ్యక్తమవుతున్నది. వారి చరమదశలో శ్రీరామానుజుల రాకకోసం వేచి ఉన్నారు. శ్రీరామానుజులు వచ్చి ప్రమాణం చేసిన తరువాత, అంతవరకు ముడుచుకుని ఉన్న శ్రీయామునుల చేతి వేళ్ళు తెరచుకోవడం కూడా వారి చరిత్రలో ప్రసిద్ధం. అంటే, అంతవరకు వారు తమ దేహంలో ప్రాణాలను ధరించి ఉన్నారు. రామానుజులు ప్రమాణం చేసినతరువాతనే వారు ప్రాణత్యాగాన్ని చేశారు– అని తెలుస్తున్నది. ఈ విధంగా చేయడం ఒక యోగికి మాత్రమే సాధ్యపడుతుంది. ఇక, భగవద్రామానుజులకు యోగిరాజులు అనే ఒక తిరునామం ఉన్నది. శ్రీమణవాళ మహామునులకు వరయోగి అని తిరునామం. దేవరాజ గురువు అనే పేరు కలిగిన ఎఱుంబి అప్పా అనుగ్రహించిన శ్రీవరవరముని దినచర్యాస్తోత్రంలో గమనిస్తే, శ్రీవరవరమునులుకూడా యోగాన్ని నిత్యానుష్ఠానంలో ఆచరించినట్లు తెలుస్తుంది.

ఇంతే కాదు, శ్రీభాష్యాన్ని గమనించి చూస్తే, అందులో ఎక్కడా కూడా శ్రీరామానుజులు అష్టాంగయోగప్రక్రియను ఖండించిన వైనం కనిపించదు.

యోగసిద్ధాంతాన్ని మాత్రమే ఖండించారు. ఈ విధంగా మనకు ఆళ్వార్ల, శ్రీనాథమునుల మూలంగా అష్టాంగయోగం ప్రాప్తం అయినందున, ఇది మనకు సదాచార్యపరంపరాప్రాప్తం.

అష్టాంగయోగం సదాచార్యపరంపరా ప్రాప్తం అని తెలిసిన తరువాత, మనకు మనసులో కలిగే కొన్ని ప్రశ్నలు ఏమంటే, ఈ అష్టాంగయోగం అంటే ఏమి? ప్రపన్నునకు ఈ అష్టాంగయోగంవల్ల ఉపయోగం ఏమి? దీనినిగూర్చి అళ్వార్లు గాని, మన పూర్వాచార్యులుగాని ఎక్కడైనా తెలియజేశారా? ఏ విధంగా దీనిని అనుష్ఠించారు? ఈ యోగంలో సమాధి అనే ఒక దశ ఉన్నది కదా(సమాధి అంటేనే యోగం.) ఆ సమాధి అంటే ఏమి? అనే ప్రశ్నలు మన మనసులో కలుగుతాయి. వీటికి సమాధానాలను మనం సంగ్రహంగా అయినా తెలుసుకోవాలి.

యోగశబ్దానికి " యుజ – మిశ్రణ, అమిశ్రణయోః" అనే ధాతువును బట్టి దగ్గరగా చేరడం, కలవడం – అని అర్థం. ఏ రెండు దగ్గర కావడం, అంటే, మనసును, పరమాత్మతో కలుపడమే, ఆ కలయికయే యోగమనబడుతున్నది.

"ఆత్మప్రయత్నసాపేక్షా విశిష్టా యా మనోగతిః,
తస్యా బ్రహ్మణి సంయోగో యోగ ఇత్యభిధీయతే" (విష్ణుపురాణం –6 –7 –31)

అని శ్రీవిష్ణుపురాణం యోగశబ్దాన్ని నిర్వచించింది. ఆత్మప్రయత్నసాపేక్షమైన, విశిష్టమైన మనోగతిని పరమాత్మలో చేర్చడమే యోగమని దీని అర్థం.

ఈ సూక్తిని శ్రీవిష్ణుపురాణ వ్యాఖ్యాత అయిన విష్ణుచిత్తాచార్యులవారు ఈ విధంగా వివరించారు. మనసును భగవంతుని విషయంలో నిలిపి, స్థిరంగా ఉంచడమే యోగం. అనాది కాలంగా ఈ మనస్సు అన్యవిషయాలలోనే ఆసక్తమై ఉన్నది. భగవంతుడు అనే విషయం మనసుకు కొత్త విషయం. ఇంతకుముందే అలవాటు పడిన విషయం కాదు. ఇన్నాళ్లుగా అనుభవించి అలవాటు పడిన లౌకికవిషయాలనుండి తటాలున మనసును తిప్పుకోవడం, అలవాటు లేని భగవద్విషయంలో చేర్చడం అనేది చాలా కష్టసాధ్యమైన విషయం. దానికి చాలా ప్రయత్నం కావాలి. మధ్యలో వేరొక భావన ఏది లేకుండా ఉండాలి. నిరంతరం భగవంతుని గూర్చిన భావనయే కొనసాగాలి. ప్రత్యక్షంవలె ఉండే నిరంతరమైన ఆ స్మృతి పరబ్రహ్మను స్పష్టంగా దర్శింపజేసేదిగా కలగాలి. అపుడు ఆనందరూపంగా ఇటువంటి భావనయే మారుతుంది. ఇటువంటి మనఃస్థితిని, అంటే, స్మృతిని భగవంతునిలో చేర్చడమే యోగం. అందుచేత, యోగం అనేదానికి సంయోగం అనేదే అర్థం– అని వారి వివరణ. అంతేకాక, వారు, " అనేనాత్మపరమాత్మనోః యోగో యోగ ఇతి పక్షో నిరస్తః" –

ఆత్మపరమాత్మల యోగం యోగమనే పక్షంకూడా ఇక్కడ నిరసింపబడింది –అని కూడా తెలియజేశారు.

యోగం చేయడం మొదట ఆరంభించినవానికి "యోగయుక్" అని, యోగం సిద్ధించినవానికి "వినిష్పన్న సమాధి" అని పేరు. వీరిద్దరిలో మొదటి వానికి అనేక జన్మలలో యోగాన్ని ఆచరించిన తరువాతనే ముక్తి ఏర్పడుతుంది. వినిష్పన్న సమాధి అనబడే రెండవ వానికి ఆ జన్మలోనే ముక్తి కలుగుతుంది.

ఈ విధమైనయోగంవల్ల లాభం ఏమి?

ఈ యోగంలో (అంటే, ఉపాసనలో)ఉండేవాడు (అంటే, నిష్ఠను కలవాడు) అంటే, యోగసిద్ధుడు అయినవాడు మోక్షాన్ని పొంది, దానినుండి ఏ సమయంలోనూ తిరిగి సంసారానికి రాడు. ఇటువంటి మోక్షాన్ని పొందడానికి ముఖ్యకారణం మనసే. ఈ మనస్సు మిగిలిన విషయాలను ఆశ్రయిస్తే, సంసారబంధానికి కారణం అవుతున్నది ఈ మనస్సే ఇతర విషయాలను పట్టుకోకుండా వాటి నుండి విడుదలను పొందితే, మోక్షానికి కారణం అవుతుంది. ప్రకృతి, జీవుడు, ఈశ్వరుడు అనే మూడు విషయాలను వివేకించి తెలిసినవాడు మిగిలిన విషయాలనుండి మనసును నివర్తింప చేసి, ఆ మనసుతో భగవంతుని ధ్యానించాలి..ఈ విధంగా భగవంతుని ధ్యానిస్తూ ఉంటే, ఆ పరమాత్మ తను ధ్యానం చేసేవానిని పరిశుద్ధునిగా చేసి, అతనిలో ఉండే దోషాలను తొలగించి, తన స్వభావాలను పొందేటట్లు చేస్తాడు.

ఇక్కడ.అయస్కాంతాన్ని ఉదాహరణగా గమనిద్దాం. అది తనకు ఎదురుగా ఉండే ఇనుమును ఆకర్షించి, తన దగ్గరకు గ్రహించి, తన శక్తితో దానిని తన స్థితిని పొందేటట్లు చేస్తున్నది కదా. అంటే, అయస్కాంతం ఒకే స్థితిలో ఉంటే, దానికి వశమైన ఇనుము అదే స్థితిలో ఉంటుంది. అది కదిలితే, ఇది కూడా కదులుతుంది. అది తిరిగితే, ఇది కూడా తిరుగుతుంది.

ఆత్మభావం నయత్యేనం తద్బ్రహ్మ ధ్యాయినం మునిమ్,
వికార్య మాత్మనః శక్త్యా లోహ మాకర్షకో యథా(విష్ణు పురాణం –6 –7– 30)
అని శ్రీ విష్ణుపురాణం ఈ విషయాన్ని సోదాహరణంగా తెలిపింది.

"అనురూప్యనుసంచరన్", "వత్సో వా మాతరం", " ఛాయా వా సత్వమనుగచ్ఛేత్" అని మొదలైన శ్రుతి వాక్యాలలో ఈ విషయం తెలుపబడింది.

ఇంతే కాదు,

"యథాగ్నిసంగాత్ కనక మపదోషం ప్రజాయతే,
సంక్లిష్టం వాసుదేవేన మనుష్యాణాం తథా మనః"

అగ్ని తనలో పడిన బంగారంలో ఉండే దోషాన్ని పోగొట్టి, తనవలె పరిశుద్ధిని కలిగిన దానినిగా చేస్తుంది. ఆ విధంగానే, బ్రహ్మం తనను ధ్యానించేవానిలో ఉండే, సంసార బంధం వల్ల ఏర్పడిన దోషాలను పోగొట్టి, సత్యకామత్వం మొదలైన సహజమైన గుణాలను వికసించేటట్లు చేసి, తనవలె చేస్తుంది.

(ఈ విధంగా ఉండే సందర్భాలలో, సత్సంపదాయ క్రమంతో సదాచార్యుల సన్నిధిలో కాలక్షేపం చేసేవారికి మాత్రమే మన సంప్రదాయార్థాలు సరిగా అర్థం అవుతాయి. లేకపోతే, విపరీతమైన అర్థాలే తోస్తాయి. అందుచేత, ఇటువంటి సందర్భాలలోని విశేషాలను ఆచార్యుల సన్నిధిలో విని తెలియవలసి ఉన్నది)

(ఆత్మభావమ్) తన స్వభావాన్ని –అని అర్థం. ఇక్కడ ఉదాహరణంగా చూపబడిన విషయంలోని వాస్తవాన్ని లోతుగా గమనించి తెలియాలి. అయస్కాంతం, దానివల్ల ఆకర్షింపబడిన ఇనుము ముక్క అనే రెండు చివరిలో ఒకటిగా కావడం లేదు. వేరువేరుగానే ఉంటున్నాయి. అయినప్పటికీ, అయస్కాంతానికి వశపడిన, వేరుగా ఉండే ఇనుప ముక్క అయస్కాంతానికి కల స్థితులను అన్నిటిని తాను పొందుతున్నది. ఆ విధంగానే, అగ్నిలో పెట్టబడిన బంగారం, అగ్ని రెండు ఒకే వస్తువుగా కావడం లేదు. వేరుగా ఉండే అగ్ని యొక్క పరిశుద్ధ స్వభావాన్ని బంగారం పొందుతున్నది. ఈ విధంగానే బ్రహ్మధ్యానం చేసి, చివరిలో అందులో లయాన్ని పొంది, మోక్షాన్ని పొందిన జీవుడు మోక్షదశలో కూడా పరమాత్మ కంటే వేరుగానే ఉంటాడు. అయినప్పటికీ, పరమాత్మ ధర్మాలను చాలా వాటిని పొంది, బ్రహ్మంవంటివాడుగా ముక్తుడు అవుతున్నాడు.

అష్టాంగయోగంలో ఉండే అంగాలు ఏవి?

ఈ విధంగా ఉండే యోగం 8 అంగాలను కలిగి ఉన్నది. యమ, నియమ, ఆసన, ప్రాణాయామ, ప్రత్యాహార, ధారణ, ధ్యాన, సమాధులు అనేవి ఆ ఎనిమిది అంగాలు.

యోగశాస్త్రం 700 యోగప్రకారాలను తెలుపుతున్నది. వాటిని నాలుగు విధాలుగా విభాగించి నరసింహసహస్రనామం తెలుపుతున్నది. వానిని, "మంత్రజ్ఞాన క్రియాయోగైః సారభూతైశ్చ నామభిః" అని తెలిపింది. కొంతమందికి కొన్ని మంత్రయోగాలవల్ల సిద్ధి కలుగుతుంది. కొంతమందికి జ్ఞానయోగం వల్ల సిద్ధి కలుగుతుంది. మరి కొంతమందికి

క్రియాయోగం వల్ల కలుగుతుంది. యమనియమాది అష్టాంగ యోగాల వల్ల యోగసిద్ధి కలుగుతుంది. మరి కొంతమందికి అయితే, యోగయోగంవల్ల సిద్ధి కలుగుతుంది. ఆళ్వార్లవంటివారికి ఏమీ ఆచరించకుండానే, భగవదనుగ్రహం, నిర్హేతుకకరుణ వల్ల సిద్ధి కలుగింది. ఈ విధంగా యోగం అనేది నాలుగు విధాలుగా విభాగింపబడింది. ఈ యోగంయొక్క అనుష్టానం అనేదానిని ఆళ్వారుల దగ్గరనుండి శ్రీమణవాళ మహామునుల వరకు మన పూర్వాచార్యులు అందరూ విశదంగా ఆచరించారు, దర్శింప చేశారు.

ఆళ్వార్లు ఉపదేశించిన యోగక్రమం

ఉపనిషత్తు "కారణం తు ధ్యేయః " అని జగత్కారణవస్తువు ధ్యానించదగినది –అని చెబుతున్నది. ఈ జగత్తుకు కారణవస్తువు ఏదో, దానిని ముందుగా తెలుసుకొని, ఆ తరువాత, ఆ జగత్కారణవస్తువుయొక్క దర్శనం లభించి, ఆ జగత్కారణవస్తువును పొందడమే పరమపురుషార్థం. ఈ క్రమాన్నే ఉపనిషత్తులలోని 32 విధాలుగా చెప్పబడిన బ్రహ్మవిద్యలుకూడా తెలుపుతున్నాయి.

అళ్వార్లకు కూడా, ఈ జగత్కారణ వస్తువుయొక్క దర్శనమే కలిగింది. అయితే ఈ విధంగా చెప్పబడిన అష్టాంగయోగాన్ని అనుష్ఠించిన ఫలంగా కాదు, భగవంతుని నిర్హేతుక కరుణ వల్ల ఆ దర్శనం వారికి లభించింది. వారికి, వారి జననకాలంలోనే పరభక్తి కలిగింది.

పరభక్తి అంటే, "దర్శనం పరభక్తిః స్యాత్, పరజ్ఞానం తు సంగమః, పునర్విశ్లేషభీరుత్వం పరమా భక్తి రుచ్యతే " అని నిర్వచింపబడినట్లుగా పరమాత్మ దర్శనమే పరభక్తి. నమ్మాళ్వార్లకు ఈ పరమాత్మ దర్శనం లభించగా, ఆ దర్శనాన్ని వారు విశదంగా అనుభవించి, దానిని తమ తిరువాయ్ మొఴి దివ్యప్రబంధ రూపంలో జగత్తుకు ఉపదేశించారు.

వారు తిరువాయ్ మొఴి దివ్యప్రబంధం ప్రారంభంలోనే పరమాత్మ జగత్తుకు కారణం, అతడు " ఉయర్ వఱ ఉయర్ నలముడైయవన్" (నిస్సమాభ్యధికమైన ఆనందగుణాన్ని కలిగినవాడు, అతడు "అయర్ వఱు మమరర్ కళ్ అదిపతి" (ఏ విధమైన అజ్ఞానం, విస్మృతి, భ్రాంతి మొదలైన దోషాలు లేని, నిత్యసూరులకు అధిపతి) అని అంటూ జగత్కారణరూపుడైన ఆ భగవంతుని స్వరూపరూప గుణవిభూతులను స్పష్టంగా నిర్దేశించారు. జగత్కారణవస్తుస్వరూపాన్ని తాము దర్శించిన విధంగా, యథాతథంగా తెలియజేశారు.

ఆ విధంగా తెలియజేసిన తరువాత, "మననగమ్" అనే రెండవ పాశురంలో, తాము అంతకు ముందు నిర్దేశించిన ఆనందాదిదివ్యాత్మగుణాలకు ఆశ్రయమైన భగవంతుని దివ్యాత్మస్వరూపాన్ని దర్శించే క్రమాన్ని తెలుపుతున్నారు.

బ్రహ్మసూత్రాలలో– ఆనందమయాధికరణంలోను, ఈక్షత్యధికరణంలోను, అంతరాదిత్యాధికరణంలోను జగత్కారణవస్తుదర్శనం ఏ క్రమం తెలుపబడిందో, ఆ క్రమంలోనే ఈ రెండవ పాశురంలో ఆళ్వార్లు తెలుపుతున్నారు.

శారీరక మీమాంసలోని చతుఃసూత్రిని తిరువాయ్ మొழி ప్రబంధంలోని మొదటి పాశురం తెలుపుతున్నది. చతుఃసూత్రి తరువాత, జగత్కారణవాక్యనిరూపణపరమై ఉండే ప్రథమపేటికలో– వేదంలోని, జగత్కారణవస్తువును నిర్దేశించే సామాన్యశబ్దాలు అన్ని పరమాత్మరూపమైన విశేషంలో పర్యవసిస్తాయి– అనే అర్థాన్ని ఈ మూడు అధికరణాలు నిరూపిస్తున్నాయి– అని, ఈ మూడు అధికరణాల అర్థం "మననగమ్" అనే పాశురంలో అనుసంధింపబడింది– అనే విషయం వేదాంతశాస్త్రద్రవిడాగమైకకంఠ్యంలో మన పూర్వాచార్యులచే నిరూపించబడింది. అక్కడ ఈ వివరాలను విశేషంగా దర్శించవచ్చు. ఆ అధికరణాలలో పరమాత్మ చేతనాచేతనవిలక్షణుడు– అని నిరూపింపబడిన విషయమే తిరువాయ్ మొழி, ప్రబంధంలోని " మననగమ్" అనే రెండవ పాశురంలోకూడా నిరూపింపబడింది– అనేది ఇక్కడ ముఖ్యంగా మనం గమనించవలసిన విషయం. ఇప్పుడు ఆ పాశురాన్ని గమనిద్దాం.

"మననక మలమఱ మలర్ మిశై ఎழுతరుమ్
మననుణర్వళవిలన్ పొఱియుణర్వళవిలన్"(1–1–2)
(యోగాభ్యాసంద్వారా మనసులో ఉండే అవిద్య మొదలైన దోషాలు తొలగిపోగా తొలగిపోగా, వికసించి పైపైకి వృద్ధి చెందే మానసజ్ఞానానికి అందే ఆత్మస్వరూపంవంటిది కాదు, పరమాత్మస్వరూపం, బాహ్యేంద్రియాలద్వారా తెలియబడే ప్రాకృతపదార్థాలస్వరూపంవంటిది కాదు, భగవంతుని స్వరూపం. ఈ విధంగా పరమాత్మ స్వరూపం చేతనాచేతనస్వరూప విలక్షణం)

ఈ క్రమంలో, భగవంతుడు చేతనాచేతనాల కంటే విలక్షణుడు –అని తెలియజేసి, అతని స్వరూపాన్ని " ఉణర్ ముழு నలమ్"(జ్ఞానానందఘన స్వరూపుడు) అని ఆళ్వారులు ఈ పాశురంలో వర్ణించారు. ఈ ప్రయోగాన్ని "ఉణర్ ముழு, ముழு నలమ్" అని, దేహళీదీపన్యాయంలో, మధ్యలో ఉండే "ముழு" అనే పదాన్ని అటు, ఇటు

కూడా అన్వయించుకుని అర్థం చెప్పాలి. అపుడు "ఉణర్ ముழு, "– జ్ఞానఘనుడు– అని, "ముழு నలమ్"– ఆనందఘనుడు– అని అర్థం వస్తుంది.. ఇటువంటి జ్ఞానానందఘనస్వరూపాన్ని కలిగినవాడే "ఎనుయిర్" – నాకు ప్రాణంవలె ధారకుడు– నాకు పరమపురుషార్థం –అని ఆళ్వారులు తెలిపారు– "మననగమ్" అనే రెండవ పాశురంలో.

(ఆత్మను అష్టాంగయోగం ద్వారా సంస్కరింపబడిన మనసుతో దర్శించడం వీలవుతుంది. భగవంతుని దర్శించేటప్పుడు, వివేక విమోక అభ్యాస క్రియా కళ్యాణ అనవసాద అనుద్ధర్షాలతో కూడిన భగవదుపాసనతో నిర్మలమైన మనస్సు కావాలి. అప్పుడు కూడా భగవంతుని స్వరూపం "నేతి నేతి" అని చెప్పినట్లుగా "ఇంత మాత్రం కాదు, ఇంత మాత్రం కాదు" అని గ్రహించడానికి సాధ్యం అవుతుంది తప్ప, ఇదమిత్థంగా గ్రహించడానికి సాధ్యం కాదు. ఆత్మస్వరూపం అయితే, తనతో పోలిన ఆత్మలు ఉన్నందున, అణువు అయినందువల్ల, "ఈ విధంగా ఉంటుంది, ఇంతమాత్రంగా ఉంటుంది "అని పరిచ్ఛేదించి తెలుసుకోవడానికి వీలవుతుంది. కానీ, భగవంతుని స్వరూపం విభువు అయినందువల్ల, భగవంతునితో పోలిన ఇంకొక వస్తువు ఏదీ లేనందు వల్ల, ఇదమిత్థంగా గ్రహించడానికి సాధ్యం కాదు. యోగజన్యజ్ఞానంతో ఉన్నదనిమాత్రం తెలిసికోవడానికి వీలవుతుంది, అంతే. అందువల్ల పరమాత్మస్వరూపం ఆత్మస్వరూపం కంటే విలక్షణమైనది. ఈ విధంగా పరమాత్మ స్వరూపం "ఇదమిత్థంగా తెలుసుకోవడానికి వీలు కాదు" అని తెలుసుకోవాలన్నా, అది యోగజన్యజ్ఞానంద్వారానే సాధ్యం అవుతుంది. అందువల్ల ఆత్మస్వరూపాన్ని తెలుసుకోవాలన్నా, పరమాత్మ స్వరూపాన్ని తెలుసుకోవాలన్నా, యోగసాధన తప్పక చేయాలి.)

ఈ విధంగా భగవంతుని స్వరూపాన్ని జ్ఞానానందఘనస్వరూపుడని తెలిసేటపుడు, అటువంటి భగవంతుని స్వరూపదర్శనాన్ని యోగప్రక్రియద్వారా ఏ విధంగా తెలియడం సాధ్యం అవుతుందో, దానినికూడా ఈ పాశురంలో ఆళ్వార్లు తెలియజేశారు– అని ఈ పాశురానికి నంబిళ్ళై అనే మహాచార్యులు ఈడు ముప్పత్తాఱాయిరప్పడి వ్యాఖ్యానంలో అవతారికను అనుగ్రహిస్తూ తెలిపారు. ఈ వ్యాఖ్యానానికి పూర్వులు అనుగ్రహించిన అరుంబద వివరణం, ఈ పాశురం ఈడు వ్యాఖ్యానానికి శ్రీమణవాళ మహామునులు అనుగ్రహించిన ప్రమాణత్తిరట్టు – అనే వీటిలో ఈ విషయాన్ని గూర్చిన విచారణ చేయబడి, వివరం తెలుపబడింది. వాటిలో సూచింపబడిన వివరాలు అన్నీ

జ్ఞానానందస్వరూపుడైన భగవంతుని స్వరూపదర్శనాన్ని పొందడంకోసం అష్టాంగయోగం ఏ విధంగా ఉపకరిస్తున్నదో తెలుపుతున్నాయి.

మనసు అనేది చాలా ముఖ్యం

అటువంటి, అష్టాంగయోగానుష్ఠానక్రమంలో మొట్టమొదట మనసు అనేది పరిశుద్ధంగా ఉండాలి. శ్రీవిష్ణుపురాణం కూడా

"మన ఏవ మనుష్యాణాం కారణం బంధమోక్షయోః,
బంధాయ విషయాసంగి ముక్త్యై నిర్విషయం మన"
అని మనసే బంధానికి కానీ, మోక్షానికి కానీ కారణం అని అన్నది.

పరమాత్మ సాక్షాత్కారం కలగాలంటే, "మననక మలమఱ" అని మనసులోని మాలిన్యం తొలగిపోవాలి– అని ఆళ్వారులుకూడా తెలియజేశారు. అంటే, మనసు లోపల ఉండే మాలిన్యాలను ముందుగా తొలగించుకోవాలి– అని అర్థం. భగవంతుని స్వరూప దర్శనం కలగాలి– అని అంటే, మొట్టమొదటగా మనసును సంస్కరించుకోవాలి– అని అంటున్నారు, ఆళ్వార్లు. ఇందుకోసం అష్టాంగయోగం సహాయపడుతున్నది ఈ విధంగా అష్టాంగయోగంచేత సంస్కరింపబడిన మనసుద్వారా ఏర్పడిన జ్ఞానంతోనే పరమాత్మయొక్క స్వరూప దర్శనం లభిస్తుంది.అందుచేత, పరమాత్మయొక్క స్వరూపదర్శనం కలగాలంటే మొట్టమొదటగా మనసును సంస్కరించుకోవాలి, ఆ మనస్సులో ఉండే దోషాలను తొలగించుకోవాలి.

ఇక్కడ నంబిళ్ళై ఈడు వ్యాఖ్యానంలో " జ్ఞానప్రసృతిద్వారమాన మనస్సై ప్పఱ్ఱి క్కిడక్కిఱ దోషమావదు, యోగశాస్త్రక్రమత్తిలే శొల్లుకిఱపడియే, బాహ్యవిషయప్రవణమాన నెంజై ప్రత్యగ్విషయమాక్కి, యమనియమాది శ్రమత్తాలే అనుసంధిక్క ప్పుక్కవాఴే కழியక్కడవదు" (జ్ఞానం ప్రసరించే ద్వారమైన మనసును అనాదిగా ఆశ్రయించుకుని ఉండే దోషాలు– యోగశాస్త్రక్రమంలో చెప్పబడిన విధంగా బయట ఉండే విషయాలలో ఆసక్తిని పొందిన మనసును అంతర్ముఖంగా చేసి, యమనియమాదుల ఆచరణ ద్వారా పరమాత్మను అనుసంధించగానే తీరిపోతాయి) అని వివరించడం ఇక్కడ గమనించాలి. బయటి శబ్దాదివిషయాలలో ఆసక్తి ఉండే మనస్సును ముందుగా వాటినుండి నివర్తింప చేయాలి. పరమాత్మవిషయంలో ఆసక్తిని పొందేటట్లు చేయాలి. ఇదే మానసిక సంస్కారం. మనసులో ఉండే కామ క్రోధ లోభ మోహ మద హర్ష మానాదులు అనే దోషాలను కడిగి వేయాలి. అయితే, ఇది చాలా కష్టమైన పని. ఈ కష్టసాధ్యమైన కార్యానికి అష్టాంగయోగం సహాయపడుతున్నది.

ఈ అష్టాంగ యోగం ఎనిమిది అంగాలను కలిగి ఉన్నది. వీనిని శ్రీమణవాళ మహామునులు, ఈ పాశురానికి తాము అనుగ్రహించిన ప్రమాణత్తిరట్టులో వివరిస్తూ, ఈ ఎనిమిది అంగాలలోని మొదటి నాలుగు అంగాలు బాహ్యాంగాలు అని, మిగిలిన నాలుగు అంగాలు అంతరమైన అంగాలు అని విభాగించి తెలిపారు. వీటికి అన్నిటికి సంబంధించిన లక్షణాలను, స్వరూప స్వభావాలను శ్రీవిష్ణుపురాణంలోని ఆరవ అంశం, ఏడవ అధ్యాయంలో ఉండే ఖాండిక్య కేశిధ్వజ సంవాదంలో ఉండే శ్లోకాలను ప్రమాణాలుగా ఉదాహరించి వారు వివరించారు. దీనిని అనుసరించే మన పూర్వాచార్యులు అష్టాంగయోగాన్ని అనుష్టించారు, ఉపదేశించారు కూడా.

ఈ విధంగా యమనియమాదులను ఆచరిస్తే, హృదయపద్మం ఊర్ధ్వముఖంగా వికసిస్తుంది. అప్పుడు ప్రత్యగ్దర్శనం కలుగుతుంది. అదే జీవాత్మదర్శనం. ఈ విధంగా యమనియమాదుల ఆచరణతో ఆత్మదర్శనం కలిగిన తరువాత, కొంతమంది ఆ దశలోనే నిలిచిపోతారు. తావత్మాత్రంతో తృప్తి పడకుండా, అక్కడే నిలచిపోకుండా, ఈ జీవాత్మకు అంతరాత్మ అయిన పరమాత్మను దర్శించడంకోసం సాధన చేయాలి. అందుకోసంగా ఒక యోగానుష్ఠానక్రమాన్ని మన పూర్వాచార్యులు దర్శింప చేశారు. దానిని సూక్ష్మంగా గమనిద్దాం.

ఇంతకుముందు చెప్పినట్లుగా అష్టాంగయోగంలోని యమనియమాది ఎనిమిది అంగాలలో, మొదటి నాలుగు అంగాలు బాహ్యాలు, ప్రత్యాహారం ధారణం మొదలైన నాలుగు అంతరాలు. ఈ నాలుగు ధ్యానానికి ఉపకారకాలు కనుక, అంతరాలు మొదట చెప్పబడిన యమాదులు నాలుగు వీటికి ఉపకారకాలు కనుక, బాహ్యాలు అనబడుతున్నాయి– అని శ్రీవరవరమునులు ప్రమాణ త్తిరట్టులో వివరించారు.

యమ నియమాదుల స్వరూపం

"యమా శ్చ నియమాశ్చ పంచేత్యుక్తం పరాశరేణ" అని వచనం. పరాశరమహర్షి ఈ యమ, నియమాలు అనేవి ఐదు, ఐదు విధాలని శ్రీవిష్ణుపురాణంలో తెలియజేశారు. యమం అనేది బ్రహ్మచర్యం, అహింస, సత్యం, అస్తేయం, అపరిగ్రహం అని ఐదు. ఆ విధంగానే నియమం అనేది స్వాధ్యాయం, శౌచం, సంతోషం తపస్సు, ఆసనం అని ఐదు విధాలు.

బ్రహ్మచర్య మహింసాం చ సత్యాస్తేయాపరిగ్రహాన్,
సేవేత యోగీ నిష్కామో యోగ్యతాం స్వ మనో నయన్,
స్వాధ్యాయ శౌచ సంతోష తపాంసి నియతాత్మవాన్,

కుర్వీత బ్రహ్మణి తథా పరస్మిన్ ప్రవణం మనః,
ఏతే యమాః సనియమాః పంచ పంచ చ కీర్తితాః,
విశిష్ట ఫలదా కామ్యాః నిష్కామానాం విముక్తిదాః"
అని పరాశరవచనం.

బ్రహ్మచర్యం అంటే మైథున త్యాగం. అహింస అంటే, ఇతరులను బాధించడం మానివేయడం, సత్యం అంటే, యథాదృష్టార్థవిషయం హితరూపవచనం, అంటే, తాను దర్శించిన విషయాన్ని యథాతథంగా హితంగా చెప్పడం. "సత్యం బ్రూయాత్ ప్రియం బ్రూయాత్" అని ఉన్నది కదా. అస్తేయం అంటే, ఇతరుల ద్రవ్యాలను అపహరించకుండా ఉండడం. అపరిగ్రహం అంటే, నిషేధింపబడిన ద్రవ్యాలను స్వీకరించకుండా ఉండడం. స్వాధ్యాయం అంటే, తనకు చెందిన శాఖను అధ్యయన చేయడం.

ఇక, శౌచం అనేది బాహ్యమని, ఆభ్యంతరమని రెండు విధాలు. మన్ను మొదలైనవాటి ద్వారా శరీరానికి కలిగే శుద్ధి బాహ్యశుద్ధి. భావశుద్ధి ఆంతరమైనది. సంతోషం అంటే, అల్పసంతుష్టత, కొంచెం లభించినా, దానితో తృప్తిపడి సంతోషించడం. తపస్సు అంటే, ఉపవాసం చేయడం మొదలైనవి. ఆ విధంగానే, పరమాత్మ విషయంలో ప్రావణ్యాన్ని కలిగి ఉండడం కూడా ఆవశ్యకం.

ఆత్మతృప్తి చాలా ప్రధానమైనది

వీటిలో, యదృచ్ఛాలాభసంతుష్టిరూపమైన సంతోషం చాలా ప్రధానమైనది. ఈ విధమైన సంతోషం ఉన్నప్పుడే ధ్యేయవస్తువును మనసులో నిలుపుకొని, ధ్యానించడానికి వీలవుతుంది. దర్శనాన్ని పొందడానికి వీలవుతుంది. లేకపోతే, వీలు కాదు.

ఆదిశంకర భగవత్పాదులు కూడా భజగోవింద స్తోత్రంలో

"మూఢజహీహి ధనాగమతృష్ణామ్, కురు సద్బుద్ధిం మనసి వితృష్ణామ్,
యల్లభసే నిజకర్మోపాత్తం, విత్తం తేన వినోదయ చిత్తమ్" అని అన్నారు.

ఈ సంతుష్టి అనేది చాలా కఠినసాధ్యం. చాణక్యుడు కూడా తన నీతిలో "అసంతుష్టా ద్విజా నష్టా సంతుష్టా ఇవ పార్థివాః" అని అన్నాడు. బ్రహ్మవిద్యను అనుష్ఠానం చేసే బ్రాహ్మణుడు "ఇది కావాలి, అది కావాలి, అన్నీ కావాలి" అని కోరితే, సంతృప్తి లేకుండా ఉంటే, అతని బ్రాహ్మణ్యం పోయినట్లే– అని అన్నాడు, చాణక్యుడు. ఈ విధంగా యమనియమాదులతో ఒక సంతుష్టి కలుగగా, తరువాత ఒక సుఖాసనంలో కూర్చుని ధ్యానం చేయాలి.

ఆత్మతృప్తి చాలా ప్రధానమైనది

వీటిలో, యదృచ్ఛాలాభసంతుష్టిరూపమైన సంతోషం చాలా ప్రధానమైనది. ఈ విధమైన సంతోషం ఉన్నప్పుడే ధ్యేయవస్తువును మనసులో నిలుపుకొని, ధ్యానించడానికి వీలవుతుంది. దర్శనాన్ని పొందడానికి వీలవుతుంది. లేకపోతే, వీలు కాదు.

ఆదిశంకర భగవత్పాదులు కూడా భజగోవింద స్తోత్రంలో

"మూఢజనైః ధనాగమతృష్ణామ్, కురు సద్బుద్ధిం మనసి వితృష్ణామ్,
యల్లభసే నిజకర్మోపాత్తం, విత్తం తేన వినోదయ చిత్తమ్" అని అన్నారు.

ఈ సంతుష్టి అనేది చాలా కఠినసాధ్యం. చాణక్యుడు కూడా తన నీతిలో "అసంతుష్టా ద్విజా నష్టా సంతుష్టా ఇవ పార్థివాః" అని అన్నాడు. బ్రహ్మవిద్యను అనుష్ఠానం చేసే బ్రాహ్మణుడు "ఇది కావాలి, అది కావాలి, అన్నీ కావాలి" అని కోరితే, సంతృప్తి లేకుండా ఉంటే, అతని బ్రాహ్మణ్యం పోయినట్లే– అని అన్నాడు, చాణక్యుడు. ఈ విధంగా యమనియమాదులతో ఒక సంతుష్టి కలుగగా, తరువాత ఒక సుఖాసనంలో కూర్చుని ధ్యానం చేయాలి.

ఆసనాలు అంటే ఏమి?

ఆసనం అంటే స్వస్తికం మొదలైన ఆసనాలు. ఇవి
"స్వస్తికం గోముఖం పద్మం వీరం సింహాసనం తథా,
మయూరం కుక్కుటం చైవ భద్రం కుర్మాసనం తథా,
ముక్తాసనం తథైతేషామ్ పృథగ్వక్ష్యామి లక్షణమ్"

అని వశిష్ఠుడు ఈ ఆసనాల వివరాన్ని తెలియజేశాడు. యాజ్ఞవల్క్య మహర్షి కూడా ఈ ఆసనాల వివరాన్ని తెలిపాడు.

ఇవి అన్నీ సంప్రదాయాలవారికి సాధారణం.

ఇంతకుముందు చెప్పినట్లుగా ఆసనాలు స్వస్తికాదిరూపాలలో అనేకవిధాలు. అయితే, యోగం ఏమి చెబుతున్నది అంటే, " స్థిరం సుఖమాసనం" అని చెప్పింది. ఏ ఆసనం ఉపాసకునకు సౌకర్యంగా ఉంటుందో, ఆ ఆసనంలో అతడు అమరి ఉండి, ధ్యానం చేయాలి. అప్పుడే ఏకాగ్రత కుదురుతుంది. ఉదాహరణకు, నమ్మాళ్వారుల ధ్యానప్రకారాన్ని తెలిపే ఈ శ్లోకాన్ని చూడండి.

"పద్మాసనోపవిష్టం పరపదయుగళీ నివిష్టచైతన్యమ్,
పరతత్త్వబోధముద్రం పరమాచార్యం పరాంకుశం వందే"

దీనినిబట్టి నమ్మాళ్వారులు పద్మాసనంలో వేంచేసి ఉండి, యోగధ్యానపరులు అయ్యారు– అని ఏర్పడుతున్నది. ఆ విధంగానే, శ్రీవరవరమునుల ధ్యానప్రకారాన్ని తెలియజేస్తూ ఎఱుంబి యప్పా,

"అబ్జాసనస్థ మవదాతసుజాతమూర్తిమ్" అని పద్మాసనంలో అమరి ఉండి వారు ధ్యానం చేసినట్లు తెలియజేశారు.

ఈ విధంగా సుఖమైన, స్థిరమైన ఆసనంలో కూర్చుని ఉండి, వాయువును ప్రాణాయామం అనే అంగంద్వారా వశీకరించుకోవాలి.

భగవద్గీతలోని ఆరవ అధ్యాయంలో యోగశాస్త్రప్రక్రియకు సంబంధించిన విధానాలు తెలుపబడ్డాయి. అక్కడ ఉపాసకుడు ఏర్పరచుకోవలసిన ఆసనాన్నిగూర్చి శ్రీకృష్ణ పరమాత్మ ఈ క్రింది విధంగా తెలియజేశాడు.

"శుచౌ దేశే ప్రతిష్ఠాప్య స్థిర మాసనమాత్మనః,
నాత్యుచ్ఛ్రితం నాతినీచం చేలాజిన కుశోత్తరమ్,
తత్రైకాగ్రం మనః కృత్వా యతచిత్తేంద్రియక్రియః,
ఉపవిశ్యాసనే యుంజాద్యోగ మాత్మవిశుద్ధయే" (భగవద్గీత –6 –11, 12)
(పవిత్రమైన ప్రదేశంలో దృఢమైనది, మిక్కిలి ఎత్తు లేనిది, చాలా కిందుగా లేనిది, వస్త్రంతో, చర్మంతో, దర్భలతో ఒకదానిపై ఇంకొకటి పరచి ఏర్పాటు చేయబడిన ఆసనాన్ని ఏర్పాటు చేసికొని, అందులో కూర్చుండి, మనసును ఏకాగ్రతతో ధ్యానం చేసి మనసును ఇంద్రియాలను స్వాధీనం చేసికొని, యోగాన్ని చేసి ఆత్మదర్శనాన్ని పొందాలి)

ప్రాణాయామం అంటే ఏమి?

"ప్రాణః స్యాత్ దేహజో వాయుః ఆయామ స్తన్నిరోధనమ్,
తద్రేచకం పూరకం చ కుంభకం చ త్రిధోచ్యతే" అని వాయువచనం.

ప్రాణం అనే వాయువును అభ్యాసంచేత వశం చేసుకోవడమే ప్రాణాయామం అనబడుతుంది. ఈ ప్రాణాయామం సబీజం అని, అబీజం అని రెండు విధాలుగా ఉంటుంది. వీటిలో, మూర్తిధ్యానం, మంత్ర జపం– అనే వీటితో కూడిన ప్రాణాయామం సబీజం అనబడుతుంది. ఇవి లేనిది అబీజం అనబడుతుంది.– అని విష్ణుపురాణం తెలుపుతున్నది.

"ప్రాణాఖ్య మనిలం వశ్యం అభ్యాసాత్ కురుతే చ యత్,

ప్రాణాయామ శ్చ విజ్ఞేయః సబీజో ఽ బీజ ఏవ చ" (విష్ణు పురాణం 6 –7–40)
తస్య చాలంబనవతః స్థూల రూపం ద్విజోత్తమ!,
ఆలంబనమనంతస్య యోగినోఽభ్యసతః స్మృతమ్" (విష్ణు పురాణం –6 –7 –42)

సబీజ ప్రాణాయామాన్ని, సావలంబన ప్రాణాయామాన్ని యోగి చేసేటప్పుడు ఆలంబనంగా, అంటే, మనసుకు ఆలంబనంగా అనంతుని స్థూలరూపాన్నే గ్రహించాలి. ఇంకొక రీతిలో, ఈ ప్రాణాయామమే పూరకం, కుంభకం, రరేచకం అని మూడు విధాలుగా ఉంటుంది.

"నాసికాపుట మంగుళ్యా నిష్పీడ్యైకం పరేణ తు,
ఔదరం రేచయేద్వాయుం తదాసౌ రేచకః స్మృతః"

ఒక ముక్కు రంధ్రాన్ని వేలితో మూసి పెట్టి, ఇంకొక రంధ్రం ద్వారా కడుపు లోపల ఉండే వాయువును బయటకు విడిచిపెట్టడానికి రేచకం అని పేరు.

"బాహ్యేన వాయునా దేహం ధృతివత్ పరిపూరయేత్,
నాసాపుటేనాపరేణ పూరణాత్ పూరకం మతమ్"

ఇంకొక ముక్కు రంధ్రం ద్వారా బయట ఉండే గాలిని కడుపు లోపల నింపడానికి పూరకం అని పేరు.

"న ముంచతి న గృహ్ణాతి వాయు మంతర్బహిః స్థితమ్,
పూర్ణకుంభకవత్తిష్ఠే దచలః స తు కుంభకః"

కడుపు లోపల ఉండే గాలిని బయటకు విడచిపెట్టడం గాని, బయట ఉండే గాలిని కడుపు లోపలకు గ్రహించడం గాని చేయకుండా, నిండుకుండవలె కడుపును కదలకుండా నిలిపి ఉంచడానికి కుంభకం అని పేరు.

"ప్రాణాయామం త్రయః కృత్వా సర్వాన్ దోషాన్ వ్యపోహతి" రేచక, పూరక, కుంభక రూపాలలో ఉండే మూడు విధాలైన ప్రాణాయామాలను చేసి, సాధకుడు తన దోషాలను పోగొట్టుకుంటున్నాడు– అని ఒక వచనం.

ప్రత్యాహారం అంటే ఏమి?

"ప్రాణాయామైః జయేద్దోషాన్ ప్రత్యాహారా ద్విశోధయేత్" అని ఇంకొక వచనం.

యోగాన్ని చేసేవాడు– శబ్దాదిప్రాకృత విషయాలలో ఆసక్తిని పొంది ఉండే చెవి మొదలైన ఇంద్రియాలను ఆ విషయాలనుండి నివర్తింపజేసి, వాటిని మనసుకు వశమైనవిగా చేయాలి. భగవంతునిలో తప్ప మిగిలిన విషయాలలో మనస్సు ప్రవర్తించకుండా ఉండేటట్లు

చేయాలి. దీనికే ప్రత్యాహారం అని పేరు. ఇందువల్ల యోగికి క్రమంగా ఇంద్రియ జయం కలుగుతుంది.

శబ్దాదిష్వనురక్తాని నిగృహ్యాక్షాణి యోగవిత్,
కుర్యా చ్చిత్తానుకారీణి ప్రత్యాహారపరాయణః" (విష్ణు పురాణం–6 –7 –43)

సహజంగానే ఇంద్రియాలు చాలా చంచలమైనవి. విషయాలను అవి అన్వేషిస్తూ ఉంటాయి. ఆ విధంగానే, ఇంద్రియాలను విడచి పెడితే, యోగం ఏనాటికి సిద్ధించదు. అందుచేత పూర్వం చెప్పిన విధంగా యోగి ప్రాణాయామంతో ప్రాణాన్ని, ప్రత్యాహారంతో ఇంద్రియాలను వశం చేసుకోవాలి.

ఈ విధంగా యోగి ప్రాణాయామంతో వాయువును వశీకరించుకొని, తరువాత ప్రత్యాహారం అనే అంగంతో ఇంద్రియాలను వశీకరించుకోవాలి. బయట ఉండే వస్తువులలో ఆసక్తిని కలిగి ఉండే ఇంద్రియాలను వాటి నుండి నివర్తింప చేసి అంతర్ముఖం చేయాలి. అంట, ఆత్మవైపు మళ్ళించాలి. దీనికే ప్రత్యాహారం అని పేరు. ఈ విధంగా ప్రాణాయామ ప్రత్యాహారాలతో వాయువును ఇంద్రియాలను నిరోధిస్తేనే, ధారణ అనేది సాధ్యం అవుతుంది– అని శ్రీమణవాళహామునులు తెలిపారు.

తరువాత అంగం ధారణ.

ధారణ మంటే ఏమి?

"ప్రాణాయామేన పవనే ప్రత్యాహారేణ చేంద్రియే,
వశే కృతే తతః కుర్యాత్ స్థితం చేతః శుభాశ్రయే"(విష్ణుపురాణం– 6 –7 –45)

ప్రాణాయామంతో వాయువును, ప్రత్యాహారంతో ఇంద్రియాలను వశం చేసుకున్న తరువాత, పరమాత్మ దివ్యమంగళ రూపాన్ని మనసులో స్థిరంగా నిలుపుకోవడమే, ధరించడమే ధారణ మనబడుతుంది.

"శుభే హ్యేకత్ర విషయే చేతసో యచ్చ ధారణమ్,
నిశ్చలత్వాత్తు సా సద్భిః ధారణేత్యభిధీయతే"
అని శౌనకముని ధారణను నిర్వచించాడు.

ఏ రూపాన్ని మనసులో నిలుపుకోవాలి? అనేది ఇక్కడ ప్రశ్న.

ఏ రూపాన్ని అయినా మనసులో నిలుపుకొని ధ్యానం చేయవచ్చా? లేక, ఎటువంటి వస్తువులు మనసులో నిలుపుకొని ధ్యానం చేయాలి? అనేది కూడా గమనించవలసిన అంశం.

ఇక్కడ శ్రుతప్రకాశికాచార్యులవారి "ధ్యానం ధ్యేయైకనిరూపణీయమ్" అనే సూక్తిని స్మరించాలి. ఆ ధ్యేయవస్తుస్వరూపాన్ని నంబిళ్ళై ఈడు వ్యాఖ్యానంలో తెలుపుతూ, శుభాశ్రయభూతుడైన భగవానుడైన పురుషోత్తమునిలో మనసు లగ్నం చేసి నిలుపడమ్ ధారణ– అని చెప్పారు.

దీనిని శ్రీవరవరముని దినచర్యలో కూడా గమనించవచ్చు.

"తతః శుభాశ్రయే తస్మిన్ నిమగ్నం నిభృతం మనః" అని అక్కడ చెప్పబడింది.

అందువల్ల ఇక్కడ, ధారణకు ఆధారమై ఉండే వస్తువు శుభాశ్రయమై ఉండాలి– అని చెప్పబడింది. అంతే తప్ప, ఏదో ఒక వస్తువును ధారణ చేస్తే ఏమీ లాభం ఉండదు. శుభాశ్రయమంటే, భగవంతుని దివ్య మంగళ రూపం

మనసును భగవంతుని దివ్యమంగళ విగ్రహంలో స్థిరంగా నిలచేటట్లు చేసుకోవాలి. భగవంతుని దివ్య మంగళ విగ్రహానికి శుభాశ్రయం అని పేరు. ఇదే ముందు చెప్పిన భగవంతుని స్థూలరూపం అవుతుంది. ఇందులో మనసును స్థిరంగా నిలుపుకోవడమే ధారణ అనే అంగం అవుతున్నది.

ఆ శుభాశ్రయవస్తువు ఏది? అంటే, భగవద్రామానుజులు శ్రీ, భాష్యంలోని మహాసిద్ధాంతంలో పురాణఘట్టంలో "ప్రత్యస్తమితభేదమ్" ఇత్యాది శ్రీవిష్ణుపురాణశ్లోకాలను ఉదాహరించి, విపులంగా వివరించి తెలిపారు. ఈ శుభాశ్రయ వస్తువు చేతనాచేతనవిలక్షణం, పరమాత్మ ఒక్కడే ఆ శుభాశ్రయవస్తువు అని నిరూపించి తెలిపారు. ఈ విధంగా మన పూర్వాచార్యులు అన్నిటినీ సులభంగా విచారించి, మనకు అనుగ్రహించారు. శ్రీభాష్యంలో శ్రీరామానుజులు ధారణశుద్ధి కోసం శుభాశ్రయవస్తువు ఆవశ్యకం –అని అన్నారు.

తరువాత అంగం ధ్యానం.

ధ్యానం అంటే ఏమి?

ఈ క్రమంలో, శుభాశ్రయవస్తువు అయిన పరమాత్మను మనసులో ధారణ చేసి, దానినే ఎడతెగకుండా నిరంతరంగా, తైలధారవలె అవిచ్ఛిన్నంగా, మధ్యలో వేరొక వస్తువు

యొక్క చింతన అనేది లేకుండా, మననం చేయడమే, ధ్యేయవస్తువుయొక్క నిరంతరస్మృతిసంతాన రూపమే, ధ్యానం అనబడుతుంది. ఇది, ఇంతకు ముందు చెప్పబడిన యమ నియమాది ఆరు అంగాల వల్ల సిద్ధిస్తుంది.

తద్రూపప్రత్యయే చైకా సంతతి శ్చాన్యనిఃస్పృహా,
తద్ధ్యానం ప్రథమై రంగైః షడ్భిః నిష్పాద్యతే నృప!" (శ్రీవిష్ణుపురాణం– 6 –7– 91)

యమ నియమాది మొదటి ఆరు అంగాలతో ధ్యానం చేయబడే ధ్యేయవస్తువు మనకు ఇష్టదేవత అయిన భగవంతుని తిరుమేని కావచ్చు, గృహారాధన మందిరంలో ఉండే భగవంతుని తిరుమేని కావచ్చు, దివ్యదేశాలలో అర్చారూపంగా ఉండే భగవంతుని మూర్తి కావచ్చు, ఉపాసకుల వారి వారి అభిమానసారంగా ఆ దివ్యమంగళ రూపం ఉంటుంది

ఈ ధారణకు విషయంగా ఉండేది శుభాశ్రయం. పాపాలను పోగొట్టడం వల్లనే ఈ రూపానికి శుభాశ్రయం, అంటే, శుభాలకు ఆశ్రయం అయినది – అనే అర్థం గ్రహించకూడదు. శుభంగానూ, ఆశ్రయంగాను (శుభం చ, ఆశ్రయం చ) ఉన్నది అందువల్ల శుభాశ్రయం అవుతున్నది– అనే అర్థమే గ్రహించాలి. ఉపాసకుని ఉపాసనాన్ని వృద్ధి చేయడం వల్ల శుభంగాను, ఉపాసకుని ధారణకు ఆశ్రయంగా, అంటే, విషయంగా ఉన్నదానివల్ల ఆశయంగాను అవుతున్నది, ఈ రూపం– అని తాత్పర్యం. ఈ స్వభావాలు రెండు మిగిలిన వేనికీ లేవు.

భగవంతుని ఆత్మస్వరూపం కూడా ఉపాసకుని పాపాన్ని పోగొట్టగలిగినదే, శుభమైనదే అయినా, అది ఉపాసన ఆరంభంలో ఉండేవాని ధారణకు విషయం కానందు వల్ల, అది ఆశ్రయం కాదు. ఉపాసకుడు ఆరంభంలోనే భగవంతుని దివ్య ఆత్మ స్వరూపాన్ని మనసులో నిలుపుకొని ధ్యానం చేయడం సాధ్యమైన విషయం కాదు. చిత్తం స్థిరంగా నిలబడానికి ఒక నిశ్చితమైన, అభిమతమైన ఆలంబనం కావాలి.ఈ విధంగా శుభంగానూ, ఆశ్రయంగాను ఉండే స్వభావం (శుభత్వే సతి ఆశ్రయత్వం) దివ్యాత్మ స్వరూపానికి లేదు. అందువల్ల భగవంతుని దివ్య మంగళరూపమే ఉపాసకునకు మొట్టమొదట ధారణకు, ఉపాసనకు ఆధారమైన శుభాశ్రయం.

మిగిలిన బద్ధముక్త జీవుల రూపం అయితే, ఆశ్రయంగా ఉపాసకుని ధారణకు విషయమై ఉన్నప్పటికీ, ఉపాసకుని పాపాలను పోగొట్టలేదు. పూర్వం చెప్పిన మూడు విధాలయిన భావనలతో కూడి ఉన్నందున అవి అన్ని అశుభాలే అవుతున్నాయి. అందుచేత, అవి ధారణకు ఆశ్రయాలు అయినప్పటికీ శుభాలు కావు. శుభంగా ఉండడం, ఆశ్రయమై

ఉండడం– అనే ఈ రెండు స్వభావాలు పొందికగా ఉండే శుభాశ్రయంగా ఉండేది భగవంతుని ఈ దివ్యమంగళ విగ్రహమే.

ఎక్కడెక్కడో తిరిగి తిరిగి, అలసిపోయిన తరువాత, విలక్షణమైన విషయాన్ని ఆశ్రయించి స్థిరంగా ఉండే జీవుని మనసుకు ఆలంబనంగా, ఆశయంగా ఉండేది, యోగులకు సంసారాన్ని పోగొట్టి, మోక్షాన్ని అనుగ్రహించేది అయినందున, శుభంగా ఉండేది భగవంతుని ఈ దివ్యరూపమే.

దీనిని వదిలిపెట్టి, మిగిలిన దేవతలు మొదలుగా అందరి రూపాలను మనస్సుకు విషయంగా చేసికొన్నప్పటికీ, వారు కర్మకు వశమై ఉండేవారు, కనుక, అశుద్ధులే, అంటే, శుద్ధిని లేనివారే అవుతున్నారు.

వేరు దేనిలోనూ ఆశను లేకుండా వదిలిపెట్టి, భగవంతుని దివ్యమంగళ విగ్రహంలో మనసును నిలుపడమే ధారణ అవుతుంది. ఆరంభ దశలో ఉపాసకుని మనసు ఏ ఆధారం లేకుండా, ఆలంబనం లేకుండా నిలువలేదు కదా. అటువంటి శుభాశ్రయమైన భగవంతుని దివ్యమంగళ విగ్రహం పరమభోగ్యంగా ఉంటుంది.

భగవానుని దివ్యమంగళ విగ్రహసౌందర్యం

ఉపాసకుడు ప్రీతి పూర్వకంగా ధ్యానించడానికి అనువుగా శుభాశ్రయవస్తువు అయిన భగవంతుని దివ్యమంగళ విగ్రహసౌందర్యాన్ని ఈ విధంగా ధ్యానించాలని శ్రీవిష్ణుపురాణం చెప్పింది.

ప్రసన్నవదనం చారు పద్మపత్రోపమేక్షణమ్,
సుకపోలం సువిస్తీర్ణ లలాట ఫలకోజ్జ్వలమ్,
సమకర్ణాంతవిన్యస్త చారుకుండల భూషణమ్,
కంబుగ్రీవం సువిస్తీర్ణ శ్రీవత్సాంకితవక్షసమ్,
వలిత్రిభంగినా మగ్ననాభినా హ్యుదరేణ చ,
ప్రలంబాష్టభుజం విష్ణు మథవా౽ పి చతుర్భుజమ్" (విష్ణు పురాణం– 6 –7 – 80, 81, 82)

పూర్ణచంద్రునివంటి వదనం, నిండు నీటిలో పూచిన తామరపువ్వు వంటి విశాలమైన ఆ పెద్ద పెద్ద నేత్రాలు, అందమైన కపోలాలు, విశాలంగా విస్తరించిన ఫాలభాగం, సమానమైన పరిమాణంలో వేలాడే, ప్రకాశం నిండుగా ఉండే కుండలాలు, ప్రకాశించే చెవులు, అందమైన శంఖంవంటి కంఠం, రెండు వైపులా శ్రీవత్సమనే పుట్టుమచ్చను, లక్ష్మీదేవిని కలిగి ఉండే వక్షఃస్థలం, ఉదరంలో ఉండే మూడు మడతలు, లోతుగా గుండ్రంగా

ఉండే నాభి, దానిని కలిగి ప్రకాశించే ఉదరం, దీర్ఘంగా గుండ్రంగా ఉండి వెలిగే నాలుగు, లేక, ఎనిమిది బాహువులు, సమమైన ఊరువులు, పిక్కలు, అరవిందంవంటి పాదాలు, నడుముకు అందాన్ని కలిగించే పీతాంబరం, కిరీటం, హారాలు మొదలైన ఆభరణాలు అనేకం కలిగి ఉండి వెలిగే దివ్యతిరుమేనితో ప్రకాశించే విష్ణువు అనే పరబ్రహ్మాను ధ్యానించాలి.

భగవంతునకు ఎనిమిది బాహువులు ఉన్నాయి– అని, నాలుగు బాహువులు ఉన్నాయి –అని శాస్త్రాలు చెబుతున్నాయి. 8 బాహువులు అని భావిస్తే, వాటిలో క్రమంగా 6 బాహువులలో విల్లు, శంఖం, గద, ఖడ్గం, చక్రం, అక్షమాలలను, మిగిలిన రెండు బాహువులలో పద్మం, బాణం (లేక, వరదానముద్ర, లేక, అభయ ముద్ర) ఉన్నాయి అని భావించాలి. నాలుగు బాహువులు ఉన్నాయి అని భావిస్తే, శంఖం, చక్రం, గద, తామర పువ్వు అనే ఇవి ఉన్నాయి –అని భావించాలి ఇటువంటి రూపంలో మనస్సును స్థిరంగా నిలిచేటట్టు చేసి, మనసును నియంత్రించి, తన్మయుడై, ధారణ స్థిరంగా నిలిచేవరకు ధ్యానించాలి. నడిచేటప్పుడు, నిలిచేటప్పుడు వేరు ఏ కార్యాన్ని చేస్తూ ఉన్నప్పటికీ భగవంతుని ఈ రూపాన్ని మనసులో పెట్టుకొని విడవకుండా ఉన్నట్లయితే, ధారణ సుస్థిరంగా నిలచి ఉన్నది– అని తెలియవచ్చు.

నాలుగు విధాలైన ధ్యానసోపానాలు

ఈ ధ్యానక్రమానికి ఐదు విధాలయిన సోపానాలు అష్టాంగయోగంలో తెలియజేయడం జరిగింది. వీటిని శ్రీమణవాళ మహామునులుకూడా ప్రమాణత్తిరట్టులో వివరించి తెలిపారు.

వీటిలో మొట్టమొదటిది అస్త్రభూషణ విశిష్టమైన భగవంతుని రూపాన్ని ధ్యానం చేయడం,

"అస్త్రభూషణప్రత్యంగ ప్రధానాంగచతుష్టయవిషయప్రథమ ధారణా ఉక్తా. అస్త్రప్రధానేయం ధారణా." అని విష్ణుచిత్తీయవ్యాఖ్యానం.

తరువాత, ఒక మెట్టు పైకి వెళ్ళి, అస్త్రభూషణాలను తొలగించిన రూపాన్ని ధ్యానించాలి. తిరుమంజన సమయంలో భగవంతుని తిరుమేని ఆ విధంగా మనకు సాక్షాత్కరిస్తుంది. అప్పుడు భగవంతునికి తిరుమేని అస్త్రభూషణ విశిష్టంగా ఉండదు కదా. అటువంటి తిరుమేనిని ధ్యానం చేసే క్రమం రెండవది.

"శంఖాద్యస్త్రరహిత సాక్షసూత్ర కిరీటాదిభూషణ ప్రత్యంగ ప్రధానాంగవిషయా ద్వితీయోక్తా. ఇయం భూషణప్రధానా" అని విష్ణుచిత్తీయ వ్యాఖ్య.

ఆ తరువాత మూడవ మెట్టుకు ఎక్కి, అంగప్రత్యంగ విశిష్టమైన రూపాన్ని ధ్యానం చేయాలి. ఇది మూడవ దశ. భగవంతుడు అంగం, నఖాదులు ప్రత్యంగాలు.

"భూషణరహిత ప్రత్యంగప్రధానాంగవిషయా తృతీయోక్తా. ఇయం ప్రత్యంగప్రధానా" అని విష్ణుచిత్తీయవ్యాఖ్య.

ఆ తరువాత, మరి ఒక సోపానాన్ని అధిరోహించి, ప్రత్యంగ విధురమైన ప్రధానాంగాన్ని ఉపాసించాలి. ప్రధానాంగం అంటే వక్షఃస్థలం. దానిని ధ్యానం చేయాలి.

"ప్రధానాంగవిషయా చతుర్థీ ధారణోక్తా" అని విష్ణుచిత్తీయవ్యాఖ్య.

ఇక, చివరి దశ ఏమంటే, గోముఖాకాకారమైన అంగి (అవయవి) మాత్రావలంబి అయిన ధ్యానాన్ని చేయాలి. అపుడు గోముఖాకారమైన అవయవిలో భగవానుని స్వరూపదర్శనం కలుగుతుంది. దానిని ధ్యానించాలి. ఇది ధ్యానసోపానక్రమం.

ఈ విధంగా అస్త్రభూషణాదివిశిష్టమైన రూపాన్ని ధ్యానం చేయడం దగ్గరనుండి ఆరంభించి, అవయవిమాత్రావవలంబి అయిన ధ్యానంవరకు కొనసాగించినప్పుడు, ఉపాసకునకు భగవంతుని స్వరూపదర్శనం కలుగుతుంది.

ఈ స్వరూపమే ఆళ్వారులు తమ పాశురంలో అనుగ్రహించిన "ఉణర్ము(ఘ్రు)నలమ్" అనే జ్ఞానానందఘనస్వరూపం. ఈ స్వరూపగ్రహణమే సమాధి అనబడుతుంది. "సమాధిశ్చ తత్స్వరూపగ్రహణమ్" అని ఈడుసూక్తి.

"ఈ విషయాన్ని పరాశర మహర్షి శ్రీవిష్ణుపురాణంలో
తస్యైవ కల్పనాధీనం స్వరూపగ్రహణం హి యత్,
మనసా ధ్యాననిష్పాద్యం సమాధి స్సో ఽభిధీయతే" (విష్ణు పురాణం –6 –7 –92)
అని తెలిపారు.

మాణిక్యంతో చేయబడిన బరిణెలో పెట్టబడిన రత్నంవలె భగవత్స్వరూపం ప్రకాశిస్తుంది. ఇదే " విష్ణ్వాఖ్యం పరమం పదమ్" (విష్ణువు అనే పేరును కల గొప్ప పదం) అని అనబడుతున్నది. "పద్యతే ఇతి పదమ్"– ఇదే గమ్యస్థానం, పరమపదం.

ఇక్కడ ఒక సందేహం.

నాలుగు విధాలైన ధ్యానసోపానాలను నిరూపించేటప్పుడు, చిట్ట చివరి సోపానంగా చెప్పబడే దశ భగవంతుని జ్ఞానానంద స్వరూపదర్శనమే– అని, దానినే సమాధి

అని అంటారని చెప్పబడిందికదా. ఆ విధంగా అయినప్పుడు, ఇక్కడ ధ్యేయవస్తువుయొక్క ఉపాసనాప్రకారం ఏ విధంగా ఉంటుందో, దానికి అనుగుణంగాకదాముక్తునకు పరమపదంలోని అనుభవంకూడా కలగాలి. ఇక్కడ చివరి దశలో ధ్యానం చేయబడిన పరమాత్మస్వరూపం అస్త్రభూషణ, అంగప్రత్యంగ రహితమైన కేవల జ్ఞానానందఘనస్వరూపమే అయినప్పుడు ముక్తదశలోకూడా ఆ విధంగానే దివ్యాస్త్రభూషణరహితమైన, అంగప్రత్యంగరహితమైన, జ్ఞానానందమయమైన పరమాత్మస్వరూపంయొక్క అనుభవమే కదా కలగాలి. కానీ, వేదాలు కాని, దివ్యసూరుల సూక్తులు కాని ఆ విధంగా తెలియజేస్తున్నట్లుగా తోచడం.లేదే. సకలదివ్యభూషణాస్త్ర భూషితమై, అంగప్రత్యంగ సహితమై ఉండే భగవంతుని దివ్యమంగళవిగ్రహదర్శనమే కదా ముక్తునకు ఏర్పడుతున్నట్లు చెప్పబడింది. నమ్మాళ్వారులు కూడా తిరువాయ్ మొழி మొదటి పాశురంలో ఇటువంటి భగవానుని రూపాన్ని సేవించి ఉజ్జీవించమని కదా తమ మనసుకు చెప్పారు!– అనే సందేహం ఇక్కడ కలుగవచ్చు.

దీనికి తగిన సమాధానాన్ని మన పూర్వాచార్యులు తెలియజేశారు. అస్త్రభూషణసహితమైన, అంగప్రత్యంగ సహితమైన భగవంతుని రూపం ప్రాప్యం కాదు కనుక, కేవలం జ్ఞానానందమయమైన పరమాత్మ స్వరూపమే ప్రాప్యం కనుక, దానినే చివరిగా ధ్యానించమని చెప్పబడింది –అని భావించరాదు. అస్త్రభూషణాది సహితమైన రూపాన్ని మాత్రమే నిరంతరంగా ధ్యానిస్తే, ఉపాసకుడు ఆ దశలోనే నిలిచిపోయే స్థితి ఏర్పడుతుంది. అతనికి భగవంతుని దివ్యాత్మస్వరూపదర్శనం కలిగే అవకాశం ఉండదు, ఆ దశ వరకూ అతడు వెళ్లలేడు. ఎటువంటివారిని అయినా మైమరపించి, ఆకర్షించగలిగే శక్తి భగవంతుని దివ్యమంగళవిగ్రహానికి ఉన్నదికదా. "రామః కమలపత్రాక్షః సర్వసత్త్వమనోహరః" (తామర పువ్వుల రేకుల వంటి కన్నులను కలిగిన రాముడు సకలప్రాణుల మనస్సులను హరించేవాడు) అనికదా హనుమంతుని వచనం. కనుక, ధ్యానం శుభాశ్రయంతో ప్రారంభమై, క్రమక్రమంగా జ్ఞానానందమయమైన స్వరూపదర్శనం వరకు కొనసాగించమని చెప్పబడిందే తప్ప, ప్రపన్నునకు అనుభావ్యరూపం సకలదివ్యాస్త్రభూషణ సకల కళ్యాణగుణసహితమైన దివ్యమంగళరూపమే. ఈ తత్వం మనకు వేదస్మృతీతిహాసపురాణ దివ్యసూరి పూర్వాచార్య సూక్తిసిద్ధం. వ్యాసం విస్తృతం అవుతుందని ఇంకా వివరాలను ప్రస్తావించడం లేదు.

ఈ విషయాన్ని విష్ణుచిత్తాచార్యులవారుకూడా శ్రీవిష్ణుపురాణ వ్యాఖ్యానంలో " న త్యాజ్యత్వా త్తేషామ్, అస్త్రాదివిశిష్టవిగ్రహవత ఏవ ప్రాప్యత్వాత్, తత్క్రతున్యాయేన తేషామపి దృఢం ధ్యేయత్వవచనాచ్చ" అని తెలిపారు.

మోక్షంలోకూడా భేదమే.

ముక్తిని పొందిన జీవాత్మ– అపహతపాప్మత్వాది పరమాత్మ ధర్మాలను తాను కూడా పొందుతున్నాడు. పరమాత్మయొక్క ధర్మాలను, అపహతపాప్మత్వం మొదలైన గుణాలను, మోక్షం పొందిన జీవుడు పొందుతున్నాడు. వెంటనే, పరమాత్మతో అభేది, భేదం లేనివాడై, అవుతున్నాడు. అంటే, జ్ఞానం, ఆనందం మొదలైన గుణాలతో భగవంతునితో సమానుడుగా, ఏ తేడా లేకుండా అవుతున్నాడు. పూర్వం, ఇతడు బద్ధుడుగా ఉండేటప్పుడు ఉండే దేవాదిశరీర సంబంధం కర్మవశంచేత ఏర్పడింది. అందుచేత కర్మం అంతా తీరగానే, ఆ దేవాదిశరీరం అనే భేదం కూడా తొలగిపోతున్నది.

"నిరంజనః పరమం సామ్య ముపైతి", బ్రాహ్మణో మహిమాన మాప్నోతి", " పరంజ్యోతి రుపసంపద్య స్వేన రూపణాభినిష్పద్యతే", " మమ సాధర్మ్యమాగతాః" అని, " తమ్మోమే యొక్క అరుళ్ శెయ్ వర్" ఈ విషయాన్ని శ్రుతులు, స్మృతులు, దివ్యసూరిసూక్తులు స్పష్టంగా తెలియజేశాయి. ఇక్కడ

తద్భావభావ మాపన్నః తతో ఽ సౌ పరమాత్మనః,

భవత్యభేదీ భేదశ్చ తస్యాజ్ఞానకృతో భవేత్.(విష్ణు పురాణం– 6–7–95) అనేది విష్ణుపురాణ వచనం

ఈ శ్లోకం, మోక్షంలో జీవునకు, పరమాత్మకు అభేదమే ఉన్నదని అర్థాన్ని చెబుతున్నట్లుగా అద్వైతాచార్యులు వ్యాఖ్యానం చేశారు. మోక్షంలో కూడా భేదమే ఉన్నది– అనేదానిని ఈ శ్లోకం తెలుపుతున్నది – అని మన పూర్వాచార్యుల సిద్ధాంతం. "తద్భావభావ మాపన్నః" అనే ప్రయోగంలోని స్వారస్యాన్ని గమనిస్తే, ఈ శ్లోకం చూపే వాస్తవమైన అర్థాన్ని చక్కగా గ్రహించవచ్చు. జీవుడు, పరమాత్మ కూడా మోక్షంలో అభేదాన్ని పొందుతున్నారు. ఇద్దరూ కలసి ఒకటిగా అవుతున్నారు, అంటే, జీవులు జీవస్వభావాన్ని పోగొట్టుకొని, పరబ్రహ్మగానే అవుతున్నారు– అని కదా అద్వైతుల సిద్ధాంతం. ఈ విధంగా అయినట్లయితే, శ్లోకంలో "తద్భావమాపన్నః" అని ఉంటేనే సరిపోతుందికదా. ఆ విధంగా కాకుండా, " తద్భావభావమాపన్నః "అని రెండు భావశబ్దాలను ప్రయోగించడం వ్యర్థమే అవుతుంది. ముక్తిని పొందిన జీవుడు తద్భావాన్ని, అంటే, బ్రహ్మభావాన్ని పొందాడు–అనే అర్థం

ముగిసిపోయింది కదా. ఈ విధంగా ఉండగా, ఇంకా అధికంగా ఇంకొక భావశబ్దాన్ని మహర్షి ప్రయోగించడాన్ని బట్టి మోక్షంలో కూడా జీవాత్మకు, పరమాత్మకు మధ్య భేదమే ఉన్నది —అని ఏర్పడుతున్నది. "తద్భావాః — తస్య భావాః" — పరమాత్మధర్మాలను, అంటే అపాహతపాప్మత్వం మొదలైనవానిని— అని అర్థం. తేషాం ధర్మాణాం భావం" — ఈ ధర్మాల ఆవిర్భావాన్ని పొందుతున్నాడు— అని అర్థం. అపహతపాప్మత్వం మొదలైనవి భగవంతునకు వలె జీవాత్మకు కూడా సహజంగా ఉన్నాయి. అయితే, అవి కర్మవశంచేత సంసార దశలో మరుగుపడి ఉండిపోయాయి. జీవుడు మోక్షం పొందగానే, అవి ఆవిర్భావాన్ని పొందుతున్నాయి. అందుచేత ఇతడు పరమాత్మతో ఏ తేడా లేకుండా అవుతున్నాడు— అనేదే ఋజువైన అర్థం. అందుచేత, మోక్షంలో కూడా జీవునకు, పరమాత్మకు మధ్య భేదమే ఉన్నది. అయినప్పటికీ విభాగించి తెలుసుకోవడం సాధ్యం కాదు. ఈ అర్థంలో రెండు భావశబ్దాలు అర్థవంతాలు అవుతాయి. స్వరూపైక్యపక్షంలో రెండవ భావశబ్దం నిరర్థకం అవుతుంది. వస్తుతః భేదమే లేకపోతే, "భేదం లేనివాడవుతున్నాడు" అని అనడం కూడా వ్యర్థం అవుతుంది. "ఒక ద్రవ్యం ఇంకొక ద్రవ్యంగా మారదు" అనే ఉక్తికి కూడా భంగం కలుగుతుంది. " స్వరూపైక్యపక్షే తు ద్వితీయభావశబ్దో నిరరర్థకః. అభేదీ భవతీత్యస్య చ పునరుక్తిః. °అన్యద్ద్రవ్యం హి నైతి తద్ద్రవ్యతాం యత ° ఇతి చోక్తవిరోధః" అని విష్ణుచిత్తీయవ్యాఖ్యానం.

(ఇక్కడ తెలియవలసిన ఇంకా వివరాలను తెలియగోరేవారు తమ తమ ఆచార్యుల సన్నిధిలో ప్రార్థించి తెలియాలి)

ఈ విధంగా ఉండే అష్టాంగయోగానుష్ఠానం వల్ల భగవంతుని స్వరూపదర్శనం ఏర్పడే క్రమాన్ని మన పూర్వాచార్యులు విశదంగా నిరూపించారు, తాము అనుష్ఠించారు. ఈ ప్రక్రియను అంతటిని శ్రీపరాశర మహర్షి శ్రీవిష్ణుపురాణంలోని ఆరవ అంశంలో ఏడవ అధ్యాయంలో చాలా విపులంగా నిరూపించారు. ఆళ్వారులు తమ దివ్యప్రబంధాలలో సూచించారు పూర్వాచార్యులు తమ వ్యాఖ్యానాలలో, స్తోత్రాలలో తెలిపారు. అందులోని కొన్ని అంశాలు మాత్రం సంగ్రహంగా ఇక్కడ ప్రస్తావింపబడ్డాయి. ఇది అష్టాంగయోగానుష్ఠానక్రమం.

దీనిని ఆళ్వారులు, ఆచార్యులు ప్రపన్నునకు విధించారా?

“ఏవం ప్రత్యహం కుర్వన్ సంధ్యామధ్యాసు రాత్రిషు”

అని అష్టాంగయోగానుష్ఠానాన్ని స్వయంప్రయోజనరూపంగా ప్రపన్నుడు మూడు వేళల ఆచరించాలి – అని చెప్పబడింది. ప్రతిదినం మూడు సంధ్యలలో సంధ్యావందనాన్ని చేసేటట్లే, ఈ యోగానుష్ఠానాన్ని కూడా చేయాలి. మనసును సంస్కరించుకొని, అందులోని దోషాలను పోగొట్టుకొని సమాధివరకు వెళ్లి, ఈ ప్రాకృతశరీరాన్ని విడచిపెట్టినట్లుగా, భావన చేసి, దానివల్ల సంస్కరింపబడిన ఒక శరీరాన్ని పొందినట్లుగా తలచి, భగవంతునకు కైంకర్యం చేయాలి– అని పంచకాలపరాయణులకు వరాహపురాణంలోని శ్రీవేంకటాచల మాహాత్మ్యంలోని 60 వ అధ్యాయంలో విపులంగా చెప్పబడింది.

ఈ విధంగా ప్రపన్నుడు మూడు కాలాలలోనూ ఈ అనుస్థానాన్ని చేయాలి. రాత్రి పరుండే సమయంలో కూడా ఈ యోగానుష్ఠానాన్ని చేయాలి – అని శ్రీవేదాంతదేశికులు శ్రీవైకుంఠగద్య వ్యాఖ్యానంలో తెలియజేశారు.

ఈ అనుష్ఠానాన్ని శ్రీమణవాళ మహామునులు కూడా చేసినట్లు ఎఱుంబి అప్పా వరవరమునిదినచర్యా స్తోత్రంలో

"అథ భృత్యా ననుజ్ఞాప్య కృత్వా చేతః శుభాశ్రయే,
శయనీయం పరిష్కృత్య శయానం సంస్మరామ్యహమ్"

అనే శ్లోకంలో తెలిపారు.

మధ్యాహ్న సమయంలోకూడా అనుయాగం తరువాత, దీనిని అనుష్ఠించాలి. ఈ విషయాన్ని ఎఱుంబియప్పా శ్రీమణవాళమామునుల దినచర్యాస్తోత్రంలో

"అబ్జాసనస్థ మవదాత సుజాతమూర్తిమ్
ఆమీలితాక్ష మనుసంహిత మంత్రరత్నమ్"

అని మణవాళ మహామునులు పద్మాసనంలో వేంచేసి ఉండేవారై, ఒక తెల్లని పర్వతంవలె వెలిగేవారై,

"తతః శుభాశ్రయే తస్మిన్ నిమగ్నం నిభృతం మనః,
ఉత్తంసితకరద్వంద్వ ముపవిష్ట ముపహ్వరే"

భగవంతుని శుభాశ్రయంలో లగ్నమైన మనసును కలిగినవారై చేతులను జోడించి తలపై పెట్టుకుని, ఏకాంతంలో సమాధిలో లీనమయ్యారు–అని, .అపుడు,

"ఆనమ్రమౌళిభి రుపాసిత మంతరంగైః"

ఆ విధంగా మణవాళ మహామునులు సమాధిలో ఉండేటప్పుడు, వారు సమాధి నుండి బయటకు వచ్చేవరకు వారికి అంతరంగశిష్యులైన అష్టదిగ్గజాలు సపర్యలు చేశారు– అని తెలిపారు.

ఈ విధంగా ఈ అనుష్ఠానం మధ్యాహ్నవేళ, రాత్రివేళ కూడా చేయాలి. ఉదయ సమయంలో తిరువారాధనవేళ మంత్రాసన సమయంలో దీనిని ఆచరించాలి– అనికూడా తెలుపబడింది. తిరువారాధన సమయంలో యమనియమాదులను ఆచరించి, మనసును శుద్ధం చేసికొని, భూతశుద్ధి చేసుకుని, ఈ శరీరాన్ని పరిత్యాగం చేసి, తరువాత ధరించిన ఒక దివ్యశరీరం కలవారై, " కూర్మాదీన్ దివ్యలోకమ్" మొదలైన శ్లోకాలను అనుసంధించి, ఆనందామృతసాగరంలో నిమగ్నులై, ధ్యానం చేసినప్పుడే ఆ భగవంతుని తిరుమేని దర్శనం ఏర్పడుతుంది.

భగవంతుని తిరుమేని పరమభోగ్యంగా ఉంటుంది– అని మన ఆళ్వారులు, ఆచార్యులు తెలియజేశారు. అయినప్పటికీ, తావన్మాత్రంతో నిలువకుండా, జ్ఞానానందమయమైన ఆ భగవంతుని స్వరూపదర్శనాన్ని పొందాలి. సమాధి అంటే, భగవంతుని స్వరూపగ్రహణమే కదా. సమాధి అంటేనే, యోగం. అష్టాంగయోగంలో ప్రధానమైన అంగం ఈ సమాధియే. అందువల్ల యోగం, సమాధి అనే పదాలను పర్యాయపదాలుగా పెద్దలు గ్రహించారు.

మన పూర్వాచార్యులు ఇంతటితో నిలవకుండా, ఆ స్వరూపదర్శనాన్నిగూర్చి విచారించారు. సమాధిలో భగవంతుని స్వరూపదర్శనం ఏర్పడుతుంది– అని అంటే, అద్వైతులు ఈ సమాధిని అసంప్రజ్ఞాత సమాధి– అని చెప్పారు. శ్రీమద్వేదాంత దేశికులు శతదూషణణి అనే గ్రంథంలో ఈ అద్వైతుల పక్షాన్ని ఖండించి, " సంప్రజ్ఞాతస్థితి మధిగతే నిర్వికల్పే సమాథౌ" సంప్రజ్ఞాత సమాధియే అని తెలియజేశారు. ఈ సమాధి దశలో కలిగే భగవంతుని స్వరూప దర్శనంలో ఏ విశేషం లేదు– అని అద్వైతులు తెలిపారు. కాని, మన పూర్వాచార్యులు ఈ దర్శనంలో ఒక విశేషం ఉన్నది. ఇది సంప్రజ్ఞాతసమాధి అని అన్నారు. నిర్వికల్పకసమాధియే ఆళ్వారుల సిద్ధాంతం. వికల్పశబ్దానికి నైయాయికులు ఒక విధమైన వ్యుత్పత్తిని చెబుతారు. సాహిత్యశాస్త్రంలో ఇంకొక విధంగా చెబుతారు. ఇది యోగశాస్త్రం. యోగంలో వికల్పం అంటే, " వస్తుశూన్యః వికల్పః" అని తెలిపారు. అంటే, శబ్దం ఉన్నా, ఆ శబ్దంచేత తెలియబడే వస్తువు లేకపోవడం. ఆకాశపద్మం, కుందేటి కొమ్ము, గొడ్రాలి కొడుకు, కాకదంతం మొదలైనవి అటువంటివి. నిర్వికల్పం అంటే, వికల్పం లేనిది. అంటే శబ్దమూ ఉన్నది, ఆ శబ్దంచేత చెప్పబడే వస్తువు ఉన్నది – అని అర్థం. ఇటువంటి నిర్వికల్ప

సాక్షాత్కారమే సమాధిలో ఏర్పడుతుంది– అని మన పూర్వుల సిద్ధాంతం. ఇదే "విష్ణ్వాఖ్యం పరమం పదమ్", "ఉణర్ ముఴునలమ్" అని చెప్పబడే పరమాత్మయొక్క జ్ఞానానందఘనస్వరూపం. ఇటువంటి స్వరూపానికి సమమైన ఉండే వస్తువు త్రికాలలలోనూ ఏదీ లేదు. "న తత్సమశ్చాభ్యధిక శ్చ దృశ్యతే", " న త్వత్సమో ఽ,, భ్యధికః కుతోన్యః " అని వేద వేదోపబృంహణాల వచనం. ఇటువంటి భగవానుడే "ఎననుయిర్" నాకు ప్రాణభూతుడు– అని ఆళ్వారులు అన్నారు.

ఇటువంటి భగవత్స్వరూపాన్ని గ్రహించి, దానిని ధ్యానం చేసి, దర్శనం కలిగి, ఆ స్వామిని పొందడమే క్రమం. ఈ క్రమాన్ని నిత్యం త్రికాలాలలోనూ మన పూర్వాచార్యులు తమ అనుష్ఠానంలో పెట్టుకున్నారు. ఈ విధంగా ఈ యోగాన్ని నిత్యం అనుష్ఠిస్తూ ఉండేవాడై ఇక్కడ ఈ లోకంలో భగవంతునకు చామరాన్ని వీచే కైంకర్యం చేసేవాడు పరమపదానికి వెళ్ళిన తరువాత, అక్కడ సర్వావస్థోచితాశేషకైంకర్యాలను చేస్తాడు– అని తత్క్రతున్యాయాన్ని పరిష్కరించి, శ్రీవేదాంతదేశికులు సమన్వయం చేశారు.

ఆళ్వారులు నాథమునులకు ఈ సమాధి శీఘ్రంగా సిద్ధించడంకోసం ఒక మంత్రాన్ని ఉపదేశించారు. ఆ మంత్రం కురుగై కావలప్పన్ వరకు వచ్చింది. ఆ తరువాత అది లోపించింది. అయినప్పటికీ, దేహావసానంలో ప్రపన్నునకు పరభక్తి కలుగుతుంది – అని చెప్పబడినందున, ఇది అంతా ప్రపన్నునకు ఫలంగా భగవంతుని స్వరూపసాక్షాత్కారం సిద్ధిస్తున్నది – అని మన పూర్వాచార్యులు తెలియజేశారు. ఈ విధంగా అష్టాంగ యోగం అనేది మనకు ఏ విధంగా సహాయపడుతున్నది? అనే విషయాన్ని మన పూర్వాచార్యులు విచారించి, ఆచరించి, ఉపదేశించారు. ఇదే ఆళ్వారుల యోగం, ఇదే నాథమునుల యోగం.

శ్రీమన్నాథమునుల అష్టాంగయోగానికి సంబంధించిన గ్రంథం అనేది ఏదీ లేదు. శ్రీనాథమునులు అనుగ్రహించిన గ్రంథం న్యాయతత్త్వం ఒకటే లభిస్తున్నది.అదికూడా, కొంచెం భాగం మాత్రమే లభిస్తున్నది. ప్రపన్నామృతంలో పురుషనిర్ణయం అనే ఒక గ్రంథాన్ని శ్రీనాథమునులు రచించినట్లు ఉన్నది, కానీ, అది ఇపుడు లభించడం లేదు. ఆళ్వారుల, శ్రీనాథమునుల అష్టాంగయోగానికి సంబంధించిన గ్రంథం ఏదీ లేదు. ఉపదేశపరంపరలో లభించిన విషయాలే మనకు ఆధారం.

చివరిగా, శ్రీమద్వేదాంతదేశికులు శరణాగతి దీపిక అనే స్తోత్రంలో అనుగ్రహించిన, అష్టాంగయోగక్రమాన్ని తెలియజేసే ఈ క్రింది శ్లోకాన్ని అనుసంధానం చేసుకొందాం.

యోగ్యం యమై శ్చ నియమై శ్చ విధాయ చిత్తం

సంతో జితాసనతయా స్వవశాసువర్గాః,
ప్రత్యాహృతేంద్రియగణాః స్థిరధారణా స్త్వాం
ధ్యాత్వా సమాధి యుగళేన విలోకయంతి

దీపప్రకాశస్వామీ! భక్తియోగాన్ని చేసేవారికి ఆవశ్యకమైన జ్ఞానాన్ని, శక్తిని కల పెద్దలు 8 అంగాలతో కూడినది అయిన భక్తియోగాన్ని అనుష్ఠించి, నిన్ను పొందుతున్నారు. వారు యమాలను, నియమాలను ఆచరిస్తున్నారు. అందువల్ల వారు మనసులో పరిశుద్ధతను పొందుతున్నారు. అపుడు వారి మనసు భక్తియోగాన్ని చేయడానికి తగిన యోగ్యతను పొందుతున్నది. తరువాత, అనేకవిధాలైన ఆసనాలను చేసి, ప్రాణం, అపానం మొదలైన వాయువులను తమ వశంలో పెట్టుకుంటున్నారు. ఆ తరువాత తమ ఇంద్రియాలను లౌకికవిషయాలునుండి నివర్తింపజేసి, తమ అధీనంలో పెట్టుకుంటున్నారు, ఆ తరువాత నీ దివ్యమంగళ విగ్రహంలోనే మనస్సును స్థిరంగా నిలపి, నిన్నే ధ్యానించి, ఆ ధ్యానం పరిణామం చెందిన దశ అయిన సమాధిలో నిన్ను సాక్షాత్తుగా దర్శించినట్లుగా ఉండే స్థితిని పొందుతున్నారు.

★★★★★

శ్రీవిష్ణుపురాణంలోని ఖాండిక్య కేశిధ్వజసంవాదం

(అష్టాంగయోగ రహస్యస్వరూపం)

తనకు అష్టాంగయోగ స్వరూపాన్ని గూర్చి ఉపదేశించమని అర్థించిన ఖాండిక్యుని చూచి కేశిధ్వజుడు చాలా సంతోషించి, అతడు కోరిన విధంగా యోగమార్గాన్ని ఉపదేశించబోయేవాడై, సంసారక్లేశాలకు మూలమైన కారణాలను తెలిపి, వాటి నుండి విడుదలను పొందడానికి ఆవశ్యకమైన మార్గాన్ని ఈ క్రింది విధంగా ఉపదేశించాడు.

యోగాన్ని ఉపాసన చేసేవారు మొదట ప్రకృతి, పురుష స్వరూపాలను వివేకించి తెలిసికోవాలి. వేదం చేత విధింపబడిన వర్ణాశ్రమ ధర్మాలను వారు ఈ ఉపాసనానికి అంగంగా ఆచరిస్తూ ఉండాలి. ఖాండిక్యా! నేను చేసే ప్రజాపాలన రూపమైన రాజ్యభారం, యాగం మొదలైన వర్ణాశ్రమ ధర్మాలను ఉపాసనం వృద్ధికావడం కోసమే చేస్తున్నాను. వర్ణాశ్రమ ధర్మాలను ఆచరించడం వల్ల ఉపాసనకు విరోధులైన పాపాలు తొలగిపోతాయి. ఉపాసనకు విరోధులైన పాపాలు తొలగిపోతే, ఉపాసన అభివృద్ధి చెందుతుంది. సుఖాలు అనుభవించడం ద్వారా పుణ్యాలను లేకుండా చేసుకుంటున్నాను. ఉపాసనం చేసేవానికి పుణ్యం, పాపం అనే రెండూ కూడా విరోధులే. అందుచేత ఆ రెండిటిని పోగొట్టుకోవలసి ఉన్నది. . ఇంత శ్రమపడి, నేను నా మనసులో ఉండే రజస్సు, తమస్సులను పోగొట్టుకొని సత్వగుణాన్ని అభివృద్ధి చేసుకొని, జ్ఞానాన్ని పెంపొందించుకుంటున్నాను.

అహం హ్యవిద్యయా మృత్యుం తర్తుకామః కరోమి వై,
రాజ్యం యాగాంశ్చ వివిధాన్ భోగైః పుణ్యక్షయం తథా.

నీ మనసు అయితే, సహజంగానే ఈ విధమైన ప్రయత్నం లేకుండా, వివేకాన్ని పొంది వెలుగుతున్నది. ఇప్పుడు నీకు అవిద్య యొక్క స్వరూపాన్ని చెబుతాను. విను. ప్రయోజనాలను ఆశించి సంగంతో చేయబడే కర్మ ఇక్కడ అవిద్య అవుతున్నది.

("అవిద్యయా మృత్యుం తీర్త్వా" అనే ఉపనిషత్ వాక్యంలోనూ, "అహం హ్యవిద్యయా మృత్యుం తర్తుకామః కరోమి వై" అని ఇక్కడ ఉండే శ్లోకంలోనూ కనబడే అవిద్యా అనే పదం కర్మనే చెబుతున్నది –అనేది మన పూర్వా చార్యుల అభిప్రాయం. ఈ కర్మ భక్తిని ప్రయోజనంగా ఆశించి చేసేటప్పుడు భక్తికి అంగం అవుతున్నది. ఆ విధంగా కాకుండా, ఈ

లోకంలో ఉండే ప్రయోజనాలను ఆశించి చేసేటప్పుడు, సంసారానికి కారణం అవుతున్నది– అనే తేడాను ఇక్కడ తెలియాలి).

ఇటువంటి కామ్య కర్మలవల్లనే సంసారం, అంటే, ఈ లోకంలో జీవనం అనే ఫలం కలుగుతున్నది. అందుచేతనే సంసార ఫలాన్ని ఇచ్చేది – ఈ కామ్య కర్మ అనే అవిద్య. ఇదే ఒక వృక్షం. దీనికి ఒక విధమైన భ్రమం (ఒక వస్తువును ఇంకొక వస్తువుగా మారుగా భావించే భావన) కారణం అవుతున్నది. ఆత్మ కానిది అయిన ఆ ఆత్మ కంటే అన్ని విధాలుగాను వేరయినది అయిన శరీరాన్ని ఆత్మగా భావించడం, ఆత్మ బాగుపడడానికి కారణం కాకుండా శరీరానికి మాత్రమే ఉపయోగించే తినే అన్నం, తాగే నీరు మొదలైనవానిని శరీరానికి ధారకపోషకాలను, తనవి కాని దానిని తనవిగా భావించడం –అనే ఈ రెండు విధాలయిన భ్రమలే ఇంతకు ముందు చెప్పిన అవిద్య అనే వృక్షానికి కారణాలు అవుతున్నాయి.

అనాత్మన్యాత్మబుద్ధి ర్యా చాస్వే స్వమితి యా మతిః,
ఆవిద్యాతరుసంభూతిః బీజమేతత్ ద్విధా స్థితమ్.
(ఇక్కడ, "సంసారఫలకం కామ్యకర్మ అవిద్యా, సైవ తరుః" అని విష్ణుచిత్తులు చూపించిన వ్యాఖ్యానం ప్రకారంగా అర్థం గ్రహించాలి)

ఈ శరీరం పంచభూతాల వల్ల ఏర్పడుతున్నది అందుచేత, ప్రాకృతం అవుతున్నది, ఆత్మ అయితే, పంచభూతాల కంటే వేరుగా ప్రకాశిస్తున్నది. ఈ విధంగా ఉండగా, అనాత్మ అయిన, అంటే, ఆత్మ కానిది అయిన, ఆత్మకంటే వేరైనది అయిన, ఈ పంచభూతమయమైన శరీరాన్ని మూఢులు ఆత్మ (అహమ్) అని భావించి, భ్రమను పొందుతున్నారు. ఆ విధంగానే, భార్య, గృహం మొదలైన అన్నీ కూడా ఈ శరీరానికే ఉపయోగపడేవి అవుతున్నాయి. శరీర సుఖాన్నే ఇవి ఇవ్వగలవు. ఆత్మతో సంబంధంలేని వీటిని "నాకు చెందినవి ఇవి" (మమ) అని మూఢులు భావిస్తున్నారు. ఈ విధంగా అన్ని విషయాలలోనూ జీవాత్మ పూర్వకర్మ వాసన అనే చీకటిలో మునిగిపడి ఉన్నాడు ఈ భ్రమచేత, శరీరం కంటే ఆత్మ వేరుగా ఉన్నప్పటికీ కూడా, ఆ వాస్తవాన్ని తెలియలేక, శరీరాన్ని ఆత్మగా భావించి, శరీర సుఖం కోసం అన్ని కార్యాలను ఈ జీవాత్మ చేస్తున్నాడు. ఇందువల్ల అతనికి పునర్జన్మయే కలుగుతున్నది. . అందువల్ల, భ్రమచేత శరీర సుఖం కోసం జీవుడు పాటుపడి కర్మలను చేస్తున్నాడు. ఇటువంటి కర్మయే అవిద్య అవుతున్నది. ఇందువల్ల, మళ్లీ మళ్లీ జీవునకు సంసారం ఏర్పడుతున్నది.

లోకంలో కూడా మట్టితో నిర్మింపబడిన ఇంటి గోడలను మట్టితోనే పైన గట్టిచేస్తున్నాము మట్టిని పూస్తేనే గోడలు గట్టితనాన్ని పొందుతాయి. ఈ విధంగానే పృథివి, జలం మొదలైన పంచభూతాల వల్ల ఏర్పడే ఈ శరీరాన్ని కూడా అన్నం, నీరు మొదలైన వానిని ఉపయోగించి వృద్ధి చేస్తున్నాము. ఇప్పుడు చెప్పండి. పంచభూతమయమైన ఈ అన్నం మొదలైన తినుబండారాలతో పంచభూతమయమైన శరీరానికి మంచి కలుగుతుందా? ఆత్మకు మంచి కలుగుతుందా? మట్టి గోడ ఉదాహరణ ద్వారా శరీరమే స్థైర్యాన్ని పొందుతుంది కదా. . ఆత్మ మంచిని పొందాలంటే దానికి తగిన వేరు మార్గాన్ని అన్వేషించాలి. ఈ మార్గమే ఉపాసనా మార్గం.

మనోమాలిన్యాలను పోగొట్టే అందమైన మార్గం

ఇంతే కాక, ఈ జీవాత్మ అనేక వేల సంఖ్యలలోని జన్మలను కలిగిన సంసారమార్గంలో ప్రయాణం చేసి, అలసి సొలసి ఉన్నాడు. అజ్ఞానం, కర్మ అనే రెండిటి వాసన అనే మాలిన్యం కలుగగా, దానివల్ల అజ్ఞాన కార్యమైన దుఃఖాలను పొందుతున్నాడు.

అనేక జన్మసాహస్ర సంసారపదవీం వ్రజన్,
మోహశ్రమం ప్రయాతో ఽ సౌ వాసనారేణు కుంఠితః

ఈ విధంగా దుఃఖపడుతూ ఉన్నప్పటికీ, ఈ ఆత్మకు మోహశ్రమాన్ని, అజ్ఞానం వల్ల కలిగే దుఃఖాలను పోగొట్టేది త్త్వజ్ఞానమే అవుతున్నది. శరీరంలో దుమ్ము సోకేటట్టుగా దారిలో నడచి, శ్రమపడిన బాటసారి వేడి నీళ్లు స్నానం చేస్తే, శరీరంలో అంటుకున్న దుమ్ము, దారిలో నడచి వచ్చిన శ్రమ సుఖంగా తొలగిపోతాయి. ఆ విధంగానే, తత్వజ్ఞానం అనే వేడి నీరే ఇక్కడ సంసారమార్గంలో నడిచి వచ్చే జీవునిపై పడిన వాసన అనే బూడిదను మోహమనే శ్రమను సులభంగా పోగొడుతున్నది. మోహం తొలగిపోతే మనసు తన స్థితిలో నిలచి ఉంటుంది, స్వస్థతను పొందుతుంది. తరువాత సాటి మేటి లేని గొప్పతనాన్ని పొందడం కోసం మోక్ష సుఖాన్ని ఈ జీవుడు పొందుతున్నాడు. మోక్షం అనేది– ఈ ఆత్మకు సహజంగానే ఉన్నది ఇంతకాలం కర్మ సంబంధం చేత ఆవరింపబడినవి అయిన అపహత పాప్మత్వం మొదలైన గుణాలు, స్వరూపం వికాసం అనే వీటిని పొందడమే. అందుచేత మోక్షం అనేది జీవుని కర్మ ఫలాలవలె, దీనికి ముందు లేనిదై, కొత్తగా కలిగేది కాదు. అందుచేత ఇతడు (నిర్వాణమయ ఏవ) ఏ దోషం లేని ఆనంద స్వరూపుడే అవుతున్నాడు. జ్ఞానమయుడు కూడా. ఈ విధంగా జ్ఞానానంద స్వరూపుడైన ఈ ఆత్మకు

సంసార దశలో కలిగే దుఃఖం, అజ్ఞానం మొదలైనవి. సహజమైన గుణాలు కావు. ప్రకృతి సంబంధించిన ఆత్మలో ఆరోపితాలు అవుతున్న గుణాలే.

నీరు సహజంగా చల్లగా ఉంటుంది. ఏ శబ్దం లేకుండా పొంగకుండా ఉంటుంది. ఇటువంటి నీటిని ఒక పాత్రలో పోసి పోయ్యిపై పెట్టి కాస్తున్నాము. చల్లని ఆ నీరు వేడిమిని పొందుతున్నది. శబ్దం అనేది సహజంగా లేని ఈ నీటిలో కళపెళ అనే శబ్దం కలుగుతుంది. ఏ చలనం లేకుండా, ప్రశాంతంగా ఉండే ఈ నీరు పొంగి పైకి వస్తున్నది. ఈ మార్పులు అన్నీదేనివల్ల కలిగాయి. అగ్ని సంబంధం వల్లనే కదా. అయితే, ఆ అగ్నికి నేరుగా నీటితో సంబంధం లేదు. నీటిని ధరించి ఉండే పాత్ర ద్వారానే ఈ రెండిటికి సంబంధం కలుగుతున్నది. ఆ పాత్రలో ధరింపబడి ఉండడం చేత జలం కూడా వేడిమి మొదలైన మార్పులను పొందుతున్నది. ఆ విధంగానే ఆత్మ విషయంలో కూడా భావించాలి.

జ్ఞానానంద స్వరూపమైన ఆత్మ జలం వంటిది. ప్రకృతి జలాన్ని ధరించే పాత్ర వంటిది. ఆ పాత్రతో నిప్పు సంబంధాన్ని పొందుతున్నట్లే, ఈ ప్రకృతితో తాపత్రయాలు సంబందాన్ని పొందుతున్నాయి. ఏ దోషం లేని జ్ఞానానంద స్వరూపమైన ఆత్మ, అగ్నితో సంబంధం కలిగిన పాత్రలో ఉండే చన్నీరు వేడిమి మొదలైన మార్పులను పొందేటట్లే, అజ్ఞానం, దుఃఖం మొదలైన మార్పులను పొందుతున్నది. ప్రకృతి యొక్క ధర్మాలైన ఆకలి, దాహం మొదలైన వారిని పొందుతున్నది. అయితే ప్రకృతి కంటే వేరైన ఆత్మ నిత్యమైనది. ఈ విధంగా అవిద్య(కామ్య కర్మల) కారణమైన భ్రమం అనేది రెండు విధాలుగా ఉంటుంది. వీటిని పోగొట్టగలిగినది భగవంతుని ఆశ్రయించి చేసే ఉపాసన తప్ప, ఇంకొక ఉపాయం అనేది ఏదీ లేదు.

యోగోపదేశం

"ఖాండిక్యా! సంసార దుఃఖాలు అన్నిటినీ పోగొట్టగలిగిన యోగాన్ని గూర్చి చెబుతున్నాను, విను" అని కేశిధ్వజుడు ఇక యోగ స్వరూపాన్ని వివరంగా ఉపదేశించాడు. దానిని మనం జాగ్రత్తగా గమనించాలి.

ఈ యోగంలో (అంటే, ఉపాసనలో)ఉండేవాడు (అంటే, నిష్ఠను కలవాడు) అంటే, యోగసిద్ధుడు మోక్షాన్ని పొంది, దాని నుండి ఏ సమయంలోనూ తిరిగి సంసారానికి రాడు. ఇటువంటి మోక్షాన్ని పొందడానికి ముఖ్య కారణం మనసే. ఈ మనస్సు మిగిలిన

విషయాలను ఆశ్రయిస్తే, సంసార బంధానికి కారణం అవుతున్నది ఈ మనస్సే ఇతర విషయాలను పట్టుకోకుండా వాటి నుండి విడుదలను పొందితే, మోక్షానికి కారణం అవుతుంది. ప్రకృతి, జీవుడు, ఈశ్వరుడు అనే మూడు విషయాలను వివేకించి తెలిసినవాడు మిగిలిన విషయాల నుండి మనసును నివర్తింప చేసి, ఆ మనసుతో భగవంతుని ధ్యానించాలి. . ఈ విధంగా భగవంతుని ధ్యానిస్తూ ఉంటే, ఆ బ్రహ్మం తను ధ్యానం చేసేవానిని పరిశుద్ధునిగా చేసి, అతనిలో ఉండే దోషాలను తొలగించి, తన స్వభావాలను పొందేటట్లు చేస్తుంది. ఇక్కడ. అయస్కాంతాన్ని ఉదాహరణగా గమనిద్దాం. అది తనకు ఎదురుగా ఉండే ఇనుమును ఆకర్షించి, తన దగ్గరకు గ్రహించి, తన శక్తితో దానిని తన స్థితిని పొందేటట్లు చేస్తున్నది కదా. అంటే, అయస్కాంతం ఒకే స్థితిలో ఉంటే, దానికి వశమైన ఇనుము అదే స్థితిలో ఉంటుంది. అది కదిలితే ఇది కూడా కదులుతుంది. అది తిరిగితే ఇది కూడా తిరుగుతుంది. ఇంతే కాదు, అగ్ని తనలో పడిన బంగారాన్ని, అందులో ఉండే దోషాన్ని పోగొట్టి, తనవలె పరిశుద్ధిని కలిగిన దానినిగా చేస్తుంది. ఆ విధంగానే, బ్రహ్మం తనను ధ్యానించేవానిలో ఉండే, సంసార బంధం వల్ల ఏర్పడిన దోషాలను పోగొట్టి, సత్య కామత్వం మొదలైన సహజమైన గుణాలను వికసించేటట్లు చేసి, తనవలె చేస్తుంది.

ఆత్మభావం నయత్యేనం తద్బ్రహ్మ ధ్యాయినం మునిమ్,
వికార్య మాత్మనః శక్త్యా లోహ మాకర్షకో యథా

(ఈ విధంగా ఉండే సందర్భాలలో సత్సంపదాయ క్రమంతో సదాచార్యుల సన్నిధిలో కాలక్షేపం చేసేవారికి మాత్రమే మన సంప్రదాయార్థాలు అర్థం అవుతాయి. లేకపోతే, విపరీతమైన అర్థాలే తోస్తాయి. అందుచేత, ఇటువంటి సందర్భాలలో విశేషాలను ఆచార్యుల సన్నిధిలో విని తెలియవలసి ఉన్నది)

(ఆత్మభావమ్) తన స్వభావాన్ని అని అర్థం. ఇక్కడ ఉదాహరణంగా చూపబడిన విషయంలోని వాస్తవాన్ని లోతుగా గమనించి తెలియాలి. అయస్కాంతం, దానివల్ల ఆకర్షింపబడిన ఇనుము అనే రెండు చివరిలో ఒకటిగా కావడం లేదు. వేరువేరుగానే ఉంటున్నాయి. అయినప్పటికీ, అయస్కాంతానికి వశపడిన వేరుగా ఉండే ఇనుప ముక్క అయస్కాంతానికి కల స్థితులను అన్నిటిని తాను పొందుతున్నది. ఆ విధంగానే, అగ్నిలో పెట్టబడిన బంగారం, అగ్ని రెండు ఒకే వస్తువుగా కావడం లేదు. వేరుగా ఉండే అగ్ని యొక్క పరిశుద్ధ స్వభావాన్ని బంగారం పొందుతున్నది. ఈ విధంగానే బ్రహ్మధ్యానం చేసి, చివరిలో

అందులో లయాన్ని పొంది మోక్షాన్ని పొందిన జీవుడు మోక్ష దశలో కూడా పరమాత్మ కంటే వేరుగానే ఉంటాడు. అయినప్పటికీ, పరమాత్మ ధర్మాలను చాలా వాటిని పొంది, బ్రహ్మంవంటివాడుగా ముక్తుడు అవుతున్నాడు.

మనసును భగవంతునిలోనే నిలిప, స్థిరంగా ఉండేటట్లు చేయడమే యోగం. అనాదికాలంగా ఈ మనస్సు మిగిలిన విషయాలలోనే ఆసక్తిని పొంది ఉన్నది. భగవంతుడు అయితే, కొత్త విషయం. ఇంతకుముందే అనుభవింపబడిన విషయం కాదు. ఇంత కాలంగా అనుభవించి అలవాటు పడిన వస్తువుల నుండి తటాలున మనస్సును వివర్తింపచేయడం అంత సాధ్యం కాదు. అపూర్వమైన భగవద్విషయంలో మనసును చేర్చాలి అంటే, దానికి చాలా ప్రయత్నం చేయవలసి ఉన్నది. ఆ విధంగా భగవంతుని భావించేటప్పుడు నిరంతరంగా వేరొక భావన మధ్యలో రాకుండా ఉండేటట్లు ఆ భగవంతుని అనవరతం స్మరించాలి. ప్రత్యక్షంవలె ఈ స్మృతియే, అంటే, నిరంతరం చేసే భావనయే, బ్రహ్మను ప్రత్యక్షంగా దర్శింప చేసేదిగా ఏర్పడాలి. ఆనందరూపంగా ఈ భావనయే మారుతుంది. ఇటువంటి మనఃస్థితిని, అంటే, భావనను, అంటే, స్మృతిని భగవంతుని విషయంలో చేర్చడమే యోగం. యోగం అనేదానికి సంయోగం చేర్చడం – అనేదే అర్థం.

ఆత్మప్రయత్నసాపేక్షా విశిష్టా యా మనోగతిః,
తస్యా బ్రహ్మణి సంయోగే యోగ ఇత్యభిధీయతే.

ఈ విధమైన యోగాన్ని మోక్షంకోసం చేసేవాడు యోగి అవుతున్నాడు. ఈ మొట్టమొదటగా ప్రవేశించినవాడు, ధ్యానం ఆరంభించే దశలో ఉండేవాడు "యుంజానః " అని, "యోగయుక్" అని చెప్పబడుతున్నాడు. పరమాత్మ సాక్షాత్కారం పొందినవాడు "వినిష్పన్న సమాధిః" – సమాధిని చేజిక్కించుకున్నవాడు– అని చెప్పబడుతున్నాడు. యమ, నియమ, ఆసన, ప్రాణాయామ, ప్రత్యాహార, ధారణ, ధ్యానాలనే ఏడు అంగాలతో కూడినదిగా ఉండే సమాధియే యోగం అని చెప్పబడుతున్నది. ఈ క్రమంలో 6 అంగాలతో కూడిన జ్ఞానంతో నిలచేవాడు "యోగయుక్" అనే పేరును పొందుతున్నాడు. చివరిది అయిన సమాధి కూడా చేకూరినట్లయితే, (సిద్ధించినట్లయితే) అతడు "వినిష్పన్న సమాధి" అని, యోగి అని పేరును పొందుతున్నాడు. వీరిలో, మొదటివాడు అయిన "యుంజానః "అనేవానికి మధ్యలో ఎన్నో ఆటంకాలు ఏర్పడి, మనసు చలించినట్లయితే, మోక్షం సిద్ధించడం ఆలస్యం అవుతుంది. తరువాత పలు జన్మలలో అతడు యోగాన్ని చేసి, అది

పూర్తి అయిన తరువాతనే మోక్షం కలుగుతుంది. రెండవవాడు అయిన "వినిష్పన్న సమాధి" అనేవాడు ఆ జన్మలోని చివరలోనే మోక్షాన్ని పొందుతున్నాడు. ఆతని మోక్షానికి అడ్డుగా ఉండే పాపాలను అన్నిటిని ఇతడు చేసి ముగించిన ధ్యానమే పోగొట్టడం చేత, మోక్షానికి ఆలస్యం ఏమీ ఉండదు. వెంటనే అది సిద్ధిస్తుంది.

ఈ యోగి తన మనస్సు యోగం చేయడానికి అనువైన యోగ్యతను పొందడం కోసం బ్రహ్మచర్యం, అహింస, సత్యమే చెప్పడం, దొంగతనం చేయకపోవడం, తగనివారి దగ్గర నుండి దేనిని తీసుకోకపోవడం, వేదాధ్యయనం, పరిశుద్ధి, సంతోషం, తపస్సు అనే యమ నియమాలను వేరు ఏ ప్రయోజనాలను ఆశించకుండా చేస్తూ, పరబ్రహ్మ విషయంలో మనస్సును నిలుపుకోవాలి.

వీటిలో –బ్రహ్మచర్యం, అహింస, సత్యం, దొంగతనం చేయకపోవడం, దానం గ్రహించకపోవడం –అనే ఈ ఐదు యమం అనే పేరు కలిగిన యోగాంగం అవుతున్నాయి. ఆ విధంగానే, స్వాధ్యాయం, పరిశుద్ధి, సంతోషం, తపస్సు మొదలైన కాయశోషణం, పరమాత్మ విషయంలో మనస్సును అభినివేశాన్ని కలిగి ఉండడం – అనే ఈ ఐదు నియమం అనబడే యోగాంగం అవుతున్నాయి. ఏదైనా ఒక ప్రయోజనాన్ని ఆశించి, వీటిని చేస్తే, ఆ ప్రయోజనాన్ని అవి ఇస్తాయి. ఏ ప్రయోజనాన్ని ఆశించకుండా చేస్తే, అతనికి ఇవే సమాధిని పెంపొందించడం ద్వారా మోక్షానికి కారణాలు అవుతాయి.

ఆసనం

యమ నియమాలతో కూడిన యోగి పద్మాసనం స్వస్తికాసనం, మొదలైన ఆసనాలలో ఏదైనా ఒక ఆసనాన్ని గ్రహించి యోగాన్ని అభ్యసించాలి.

ప్రాణాయామం

ప్రాణం అనే వాయువును అభ్యాసంచేత వశం చేసుకోవడమే ప్రాణాయామం అనబడుతుంది. ఈ ప్రాణాయామం సబీజం అని, అబీజం అని రెండు విధాలుగా ఉంటుంది. వీటిలో, మూర్తిధ్యానం, మంత్ర జపం అనే వీటితో కూడిన ప్రాణాయామం సబీజం అనబడుతుంది. ఇవి లేనిది అబీజం అనబడుతుంది. ఇంకొక రీతిలో ఈ ప్రాణాయామమే రేచకం, పూరకం, కుంభకం అని మూడు విధాలుగా ఉంటుంది. ఊపిరిని విడిచేటప్పుడు, అంటే, ఉచ్ఛ్వాసాన్ని చేసేటప్పుడు, నోటి ద్వారా విడిచే గాలి ప్రాణం అని

అనబడుతుంది. నిఃశ్వాసం చేసేటప్పుడు, శరీరం లోపల ప్రవేశించే గాలి అపానం అనబడుతుంది. ప్రాణాన్ని గ్రహించి, అపానాన్ని నియంత్రించడం, అంటే, లోపలకు గాలిని ఆకర్షించడం నిలిపి, లోపల ఉండే గాలిని బయటకు విడువడం మాత్రం చేయడం రేచకం అవుతుంది. ఆ విధంగానే అపానాన్ని గ్ర హించి, ప్రాణాన్ని నియంత్రించడం, అంటే, గాలిని బయటకు విడవడానికి నిలిపివేసి, లోపలకు గ్రహించడం మాత్రం, నిఃశ్వాసాన్ని మాత్రం చేయడం పూరకం అవుతుంది. ఈ విధంగా ఉండే ఉచ్ఛ్వాసాన్ని, నిఃశ్వాసాన్ని, రెండిటిని – వాయువును బయటకు విడువడాన్ని, లోపలకు గ్రహించడాన్ని చేయకుండా, హృదయంలోనే నిలిపి ఉంచడం కుంభకం అనబడుతుంది సబీజ ప్రాణాయామాన్ని, సావలంబన ప్రాణాయామాన్ని యోగి చేసేటప్పుడు ఆలంబనంగా, అంటే, మనసుకు ఆలంబనంగా అనంతుని స్థూలరూపాన్నే గ్రహించాలి.

ప్రత్యాహారం

యోగాన్ని చేసేవాడు– శబ్దం మొదలైన విషయాలలో ఆసక్తిని పొంది ఉండే చెవి మొదలైన ఇంద్రియాలను ఆ విషయాలనుండి నివర్తింపజేసి, వాటిని మనసుకు వశమైనవిగా చేయాలి భగవంతుని తప్ప మిగిలిన విషయాలలో మనస్సు ప్రవర్తించకుండా చేయాలి. దీనికే ప్రత్యాహారం అని పేరు. ఇందువల్ల ఇంద్రియ జయం కలుగుతుంది. సహజంగానే ఇంద్రియాలు చాలా చంచలమైనవి. విషయాలను అవి అన్వేషిస్తూ ఉంటాయి. ఆ విధంగానే, ఇంద్రియాలను విడచి పెడితే, యోగం ఏనాటికి సిద్ధించదు. అందుచేత పూర్వం చెప్పిన విధంగా ప్రాణాయామంతో ప్రాణాన్ని, ప్రత్యాహారంతో ఇంద్రియాలను వశం చేసుకోవాలి.

ధారణ

ఈ విధంగా ఈ రెండిటిని వశం చేసుకొన్న తరువాత, మనసును భగవంతుని దివ్య మంగళ విగ్రహంలో స్థిరంగా నిలచేటట్లు చేసుకోవాలి. భగవంతుని దివ్య మంగళ విగ్రహానికి శుభాశ్రయం అని పేరు. ఇదే ముందు చెప్పిన భగవంతుని స్థూలరూపం అవుతుంది. ఇందులో మనసును స్థిరంగా నిలుపుకోవడమే ధారణ అనే అంగం అవుతున్నది.

మూడు విధాలైన భావనలు

ఈ శుభాశ్రయాన్ని ఆశ్రయించి నిలచి ఉండే మనస్సే రాగాదిదోషాలు కలుగకుండా ఉండేటట్లు అడ్డుకుంటుంది. సాధారణంగా మనస్సుకు ఆశ్రయమైనది

బ్రహ్మమే. [ఇక్కడ బ్రహ్మశబ్దం పరబ్రహ్మను ఆత్మగా కలిగిన బద్ధముక్త జీవులను నిర్దేశిస్తుంది. పరబ్రహ్మకు శరీరంగా ఉండే జీవులను చేర్చే పైన ధ్యానం చేయవలసి ఉన్నందున, ఇప్పుడు ధారణ అనే కాలంలో వీటిని తొలగించగానే, భగవంతుని మిగిలిన రూపాలకు, దివ్యమంగళ విగ్రహానికి (అంటే, శుభాశ్రయానికి) ఉండే వైలక్షణ్యాన్ని మహర్షి ఇక్కడ తెలుపుతున్నారు.]

ఈ బ్రహ్మం మూర్తం అని, అమూర్తం అని రెండు విధాలుగా ఉంటుంది. వీటిలో, మూర్తం అనే బ్రహ్మం– శరీరంతో కూడిన హిరణ్యగర్భుడు మొదలైన బద్ధజీవరూపమే. దీనిని అపరం అని అంటారు. అమూర్తం అనే బ్రహ్మం– శరీర సంబంధం తొలగిన ముక్త జీవరూపం. దీనికి పరం అని పేరు. ఈ విధంగా ముర్తామూర్త రూపంలో ఉండే ప్రపంచం మూడు విధాలయిన భావనలతో కూడి ఉన్నది. బ్రహ్మభావన, కర్మ భావన, ఉభయ భావన అనేవి ఆ మూడు భావనలు.

భావన అనేది విడువకుండా నిరంతరంగా భావించడం అనే మనోవ్యాపారం. బ్రహ్మాన్ని గూర్చి ఎల్లప్పుడు భావించడం బ్రహ్మభావన అనబడుతుంది. కర్మను గూర్చి ఎల్లప్పుడు భావించడం కర్మ భావన అనబడుతుంది. రెండిటిని భావించడం కుభయ భావన అనబడుతుంది. సనకసనందనాదులు బ్రహ్మభావనను చేసేవారు. దేవతలు మొదలు దానవులవరకు ఉండేవారు కర్మభావనతో కూడినవారు. హిరణ్యగర్భుడు మొదలైనవారి విషయంలో జ్ఞానం, అధికారం అనే రెండు ఉండడం చేత, ఉభయ భావనలు వారితో ఉన్నాయి. దేవతలు, మానవులు అనే తేడాలు అన్నీ శరీరం వల్లనే ఏర్పడుతున్నవి. . జీవస్వరూపంలో దేవత్వం, మానవత్వం మొదలైనవి ఏమీ లేవు. ఈ నిజాన్ని తెలియకుండా, దేవ మనుష్యాది భేదాలను చూచి ఆత్మల మధ్య దేవ మనుష్యాది భేదాన్ని భావించడం భావనకు తగినట్లు చేసే కార్యాలు నశించే వరకు పూర్వం చెప్పిన మూర్త బ్రహ్మం ఉంటుంది. అమూర్తమైన భేద జ్ఞానాన్ని కలిగిన బద్ధుల కంటే వేరైనది ముక్తరూపం.

ఈ ముక్తజీవ రూపంలో శరీరం లేనందువల్ల శరీరం కారణంగా ఏర్పడే జాతి భేదం అనేది దానిలో లేదు. నాశం మొదలైన మార్పులు లేనిది, ఇది. అందుచేత రూపంతో నిర్దేశించడానికి వీలు కానిది. స్వయం ప్రకాశమైనది. వేరొక దేని సహాయ లేకుండానే తానే ప్రకాశించేది అవుతున్నది. జ్ఞాన స్వరూపం అని భావం. జ్ఞానాన్ని ముఖ్య గుణంగా కలిగి

ఉన్నది కూడా. ఇటువంటి ముక్తజీవస్వరూపం బ్రహ్మాన్ని ఆత్మగా కలిగి ఉన్నందున బ్రహ్మం అనే పేరును పొంది ఉన్నది.

ప్రత్యస్తమితభేదం యత్ సత్తామాత్ర మగోచరమ్,
వచసా మాత్మసంవేద్యం తద్ జ్ఞానం బ్రహ్మసంజ్ఞితమ్

ఇదే అమూర్తం, పరం అయిన విష్ణువుయొక్క రూపం. ఇంతకు ముందు తెలిపిన మూర్త రూపం కంటే పూర్తిగా వేరయినది. ఇటువంటి ఈ పర రూపాన్ని యోగం ఆరంభ దశలో ఉండేవాడు ధ్యానించడం సాధ్యం కాదు. అందుచేత, ముందు చెప్పిన మూర్త రూపమే ఇతని చింతనకు తగినది అవుతున్నది. గంధర్వులు, యక్షులు, దైత్యులు మొదలైన దేవజాతులు, మానవులు, పశువులు, పర్వతాలు, సముద్రాలు, నదులు వృక్షాలు, ఇంకా మిగిలిన భూతాలు, భూతకారణాలు ఈ విధంగా ఉండే చేతనాలుగా, అచేతనాలుగా, ఒకే పాదాన్ని, రెండు పాదాలను, పలు పాదాలను కలిగినవిగాను, పాదాలే లేనివిగాను ఉండే అన్నీ భగవంతుని మూర్తరూపాలు.

ఇటువంటి భగవంతుని రూపం చింతనకు తగినది అయినప్పటికీ (మనస్సుకు ఆశ్రయంగా ఉన్నప్పటికీ), ఇంతకు ముందు చెప్పబడిన మూడు భావనలతో కూడి ఉండడం చేత, అశుభమై ఉన్నవి, అంటే, శుభాశ్రయం కాకుండా ఉన్నవి. (చింతనను చేసే వారి దోషాన్ని, సంసార దుఃఖాన్ని తీర్చేది ఏదో, అదే శుభం అవుతుంది. చింతనకు తగినది, ఆశ్రయం అవుతున్నది. అందుచేత శుభంగానూ, ఆశ్రయంగాను ఉండే రూపం పైన తెలిపిన మూర్తరూపం కాబోదు. భగవంతుని దివ్యమంగళ విగ్రహమే శుభాశ్రయం అవుతుంది) ఇటువంటి లోకం అంతా విష్ణువు యొక్క శక్తిగా, అంశంగా ఉన్నది. ఈ విష్ణుశక్తి, –పరశక్తి, క్షేత్రజ్ఞ శక్తి, కర్మ శక్తి అని మూడు విధాలుగా ఉన్నది. పూర్వం తెలిపిన మూర్తస్వరూపం పరశక్తి అవుతుంది. బద్ధజీవస్వరూపం క్షేత్రజ్ఞశక్తి అవుతుంది. యాగం మొదలైన కర్మలు కర్మ శక్తి అవుతుంది. దీనికే అవిద్య అనే ఇంకొక పేరు కూడా ఉన్నది. బద్ధ జీవులు ఈ కర్మ శక్తి చేత, అంటే, అవిద్య చేత ఆవరింపబడి, సంసారతాపాలను అన్నిటినీ పొందుతున్నారు. క్షేత్రజ్ఞ శక్తి అనే జీవాత్మలు ఈ అవిద్యాశక్తి చేత ఆవరింపబడి, ఆయా శరీరానికి తగినట్లుగా జ్ఞానం, ఆనందం మొదలైన వాటిలో తారతమ్యాన్ని పొందుతున్నారు. చైతన్యం లేని శిలలు, కట్టెలు మొదలైనవానిలో ఉండే జీవునకు జ్ఞానం అంతా చాలా తక్కువ. ఇందువల్ల శిలలు, వృక్ష ఖండాలు మొదలైనవాటిలోకూడా జీవుడు ఉన్నాడు– అనే సిద్ధాంతాన్ని తెలియాలి)

స్థావరాలలో, జ్ఞానం మొదలైన గుణాలు ముందు చెప్పబడినవాటి కంటే కొంచెం అధికంగా ఉంటాయి. వీటి కంటే సర్పాలు మొదలైన పాకే జంతువులలోనూ, వీటి కంటే పక్షులలోనూ, వీటి కంటే మృగాలలోను, వీటి కంటే మానవులలోనూ, వీరి కంటే దేవతలలోనూ, వీరి కంటే ఇంద్రునిలోనూ, ఇతని కంటే ప్రజాపతులలోనూ, వీరి కంటే హిరణ్య గర్భునిలోనూ జ్ఞానం, ఆనందం మొదలైన గుణాలు అధికంగా గోచరిస్తాయి. ఈ హెచ్చుతగ్గులకు వారు వారు చేసుకున్న కర్మలే కారణం. పూర్తి వెలను ఇచ్చి కొనే కట్టెలు చక్కగా మండుతాయి. ఆ విధంగానే, మంచి కర్మలను చేసి పొందే శరీరం కూడా గొప్పగా వెలుగుతుంది. ఇందువల్ల దీనితో సంబంధం కలిగిన ఆత్మ యొక్క గుణాలు కూడా గొప్పగా వెలుగుతాయి. ఇంతకు ముందు చెప్పబడినవి అన్నీ భగవంతుని శరీరాలే. భగవంతుని శక్తి సంకల్పాలతోనే ఇవి అన్ని ఆవరింపబడి ఉన్నాయి.

భగవంతుని అమూర్తమైన రూపమే పండితులచే "సత్ "అని చెప్పబడుతున్నది. ఇదే యోగంలో వికాసాన్ని పొందినవానిచేత ధ్యానించదగిన రూపం అవుతున్నది.

శుభాశ్రయం

ఇంతకు ముందు చెప్పిన మూడు విధాలయిన శక్తులకు ఆశ్రయమైనది, ఇంతకు ముందు చెప్పిన విశ్వరూపం కంటే వేరయినది, గుణం మొదలైన వాటితో అతిశయాన్ని పొందినది అయిన భగవంతుని ఇంకొక రూపం ఉన్నది.

సమస్తశక్తయ శ్చైతాః నృప యత్ర ప్రతిష్ఠితాః,
తద్విశ్వరూప వైరూప్యం రూప మన్యద్ధరేర్మహత్.

ఈ రూపం నుండి భగవంతుడు అనేక విధాలైన అవతార రూపాలను ఎత్తుతున్నాడు. ఈ అవతార రూపాలు ఎన్నో విధాలుగా ఉన్నాయి. దేవజాతిలో ఉపేంద్రునిగా అవతరించి దేవతల కార్యాలను నిర్వహించాడు. మీనంగా అవతరించి తిర్యక్కుల చేష్టలను అనుసరించాడు. రామకృష్ణాధిరూపాలలో అవతరించి, మనుష్య చేష్టలను పరిగ్రహించాడు. దీనితో నిలువకుండా, నరసింహంగా కూడా అవతరించాడు. అన్ని అవతారాలకు కూడా కారణంగా ఉండేది ఈ రూపమే అవుతున్నది.

ఈ విధంగా భగవంతుడు అవతరించి చేసే కార్యాలు అన్నీ అతని లీలలే అవుతున్నాయి. మిగిలిన ఏ ప్రయోజనాలను భావించి చేయబడేవి కాదు. లోకోపకారం

కోసమే ఇవి ఏర్పడేవి. మనం చేసే కార్యాలవలె కర్మ కారణంగా ఏర్పడేవి కావు, ఇవి. వీటిని మనసుతో పరిచ్ఛేదించి తెలుసుకోవడం సాధ్యం కాదు. వాటికి ఏ సమయంలోనూ అడ్డు అనేది లేదు.

ఇటువంటి, గొప్పతనాన్ని కలిగిన అవతారాలకు అన్నిటికీ కారణం ఈ రూపమే. యోగాన్ని చేయడానికి ఆరంభించినవాడు అభ్యాసంచేత ఈ రూపాన్నే ఉపాసించాలి. ఈ రూపాన్ని ఉపాసిస్తే, పాపాలు అన్నీ తొలగిపోయి, ఆత్మశుద్ధి కలుగుతుంది. అందువల్ల ఉపాసకుని పాపాలను పోగొట్టేది ఈ రూపమే. అగ్ని మండి పైకి ఎగసి, ముళ్ళ పొదలను దహించేటట్లు, యోగుల హృదయంలో ఉంటూ భగవంతుడు అన్ని పాపాలను పోగొడుతున్నాడు. అందుచేత, ఇటువంటి ఈ రూపంలో మనసును నిలకడగా నిలపాలి. ఇదే ధారణ అని అనబడే అంగం అవుతున్నది.

ఈ ధారణకు విషయంగా – పాపాలను పోగొట్టడం వల్లనే ఈ రూపానికి శుభాశ్రయం, అంటే, శుభాలకు ఆశ్రయం అయినది – అనే అర్థం గ్రహించకూడదు. శుభంగానూ, ఆశ్రయంగాను (శుభం చ, ఆశ్రయం చ) ఉన్నది అనే అర్థమే గ్రహించాలి. ఉపాసకుని ఉపాసనాన్ని వృద్ధి చేయడం వల్ల శుభంగాను, ధారణకు ఆశ్రయంగా, అంటే, విషయంగా ఉన్నదానివల్ల ఆశయంగాను అవుతున్నది, ఈ రూపం– అని తాత్పర్యం. ఈ స్వభావాలు రెండు మిగిలిన దేనికీ లేవు. భగవంతుని ఆత్మ స్వరూపం కూడా ఉపాసకుని పాపాన్ని పోగొట్టగలిగినదే, శుభమైనదే అయినా, అది ఉపాసన ఆరంభంలో ఉండేవాని ధారణకు విషయం కానందు వల్ల, అది ఆశ్రయం కాదు. ఈ విధంగా శుభంగానూ, ఆశ్రయంగాను ఉండే స్వభావం (శుభత్వే సతి ఆశ్రయత్వం) దివ్యాత్మ స్వరూపానికి లేదు.

మిగిలిన బద్ధముక్త జీవుల రూపం అయితే, ఆశ్రయంగా ఉపాసకుని ధారణకు విషయమై ఉన్నప్పటికీ, ఉపాసకుని పాపాలను పోగొట్టలేదు. పూర్వం చెప్పిన మూడు విధాలయిన భావనలతో కూడి ఉన్నందున అవి అన్ని అశుభాలే అవుతున్నాయి. అందుచేత అవి ధారణకు ఆశ్రయాలు అయినప్పటికీ శుభాలు కావు. శుభంగా ఉండడం, ఆశ్రయమై ఉండడం– అనే ఈ రెండు స్వభావాలు పొందికగా ఉండే శుభాశ్రయంగా ఉండేది భగవంతుని ఈ రూపమే.

ఎక్కడెక్కడో తిరిగి తిరిగి, అలసిపోయిన తరువాత, విలక్షణమైన విషయాన్ని ఆశ్రయించి స్థిరంగా ఉండే మనసుకు ఆలంబనంగా, ఆశయంగా ఉండేది, యోగులకు సంసారాన్ని పోగొట్టి, మోక్షాన్ని అనుగ్రహించేది అయినందున, శుభంగా ఉండేది భగవంతుని ఈ దివ్యరూపమే.

దీనిని వదిలిపెట్టి, మిగిలిన దేవతలు మొదలుగా అందరూ మనస్సుకు విషయంగా ఉన్నప్పటికీ, వారు కర్మకు వశమై ఉండేవారు, కనుక, అశుద్ధులే, అంటే, శుద్ధిని లేనివారే అవుతున్నారు.

వేరు దేనిలోనూ ఆశను లేకుండా వదిలిపెట్టి, భగవంతుని దివ్య మంగళ విగ్రహంలో మనసును నిలపడమే ధారణ అవుతుంది. ఆరంభ దశలో ఉపవాసకుని మనసు ఆధారం లేకుండా, ఆలంబనం లేకుండా నిలువలేదు కదా. అటువంటి శుభాశ్రయమైన భగవంతుని దివ్య మంగళ విగ్రహం పరమ భోగ్యంగా ఉంటుంది.

దివ్యమంగళ విగ్రహసౌందర్యం

పూర్ణచంద్రునివంటి వదనం, నిండు నీటిలో పూచిన తామర పువ్వు వంటి విశాలమైన ఆ పెద్ద పెద్ద నేత్రాలు, అందమైన కపోలాలు, విశాలంగా విస్తరించిన ఫాలభాగం, సమానమైన పరిమాణంలో వేలాడే ప్రకాశం నిండుగా ఉండే కుండలాలు, ప్రకాశించే చెవులు, అందమైన శంఖంవంటి కంఠం, రెండు వైపులా శ్రీవత్సమనే పుట్టుమచ్చను, లక్ష్మీదేవిని కలిగి ఉండే వక్షఃస్థలం, ఉదరంలో ఉండే మూడు మడతలు, లోతుగా గుండ్రంగా ఉండే నాభి, దానిని కలిగి ప్రకాశించే ఉదరం, దీర్ఘంగా గుండ్రంగా ఉందడి వెలిగే నాలుగు లేక ఎనిమిది బాహువులు, సమమైన ఊరువులు, పిక్కలు, అరవిందం వంటి పాదాలు, నడుముకు అందాన్ని కలిగించే పీతాంబరం, కిరీటం, హారాలు మొదలైన ఆభరణాలు అనేకం కలిగి ఉండి వెలిగే దివ్యతిరుమేనితో ప్రకాశించే విష్ణువు అనే పరబ్రహ్మను ధ్యానించాలి.

నాలుగు విధాలైన ధారణలు

దివ్యాస్త్రాలు, దివ్యభూషణాలు, ప్రత్యంగాలు, ప్రధానాంగం– అనే నాలుగు విషయాలను ఆధారంగా చేసుకుని ఏర్పడే ధారణ మొదటి ధారణ అవుతున్నది. అంటే, కిరీటం, హారాలు మొదలైన భూషణాలు, శంఖం, చక్రం మొదలైన దివ్యాయుధాలు,

వరదానముద్ర, అభయ ముద్ర మొదలైనవాటితో కూడిన శ్రీహస్తాలు మొదలైనవానితో కూడిన భగవంతుని రూపాన్ని ధ్యానించాలి.

భగవంతునకు ఎనిమిది బాహువులు ఉన్నాయి అని, నాలుగు బాహువులు ఉన్నాయి అని శాస్త్రాలు చెబుతున్నాయి. 8 బాహువులు అని భావిస్తే, వాటిలో క్రమంగా 6 బాహువులలో విల్లు, శంఖం, గద, ఖడ్గం, చక్రం, అక్షమాలలను, మిగిలిన రెండు బాహువులలో పద్మం, బాణం (లేక, వరదానముద్ర, లేక, అభయ ముద్ర) ఉన్నాయి అని భావించాలి. నాలుగు బాహువులు ఉన్నాయి అని భావిస్తే, శంఖం, చక్రం, గద, తామర పువ్వు అనే ఇవి ఉన్నాయి –అని భావించాలి ఇటువంటి రూపంలో మనస్సును స్థిరంగా నిలిచేటట్టు చేసి, మనసును నియంత్రించి, తన్మయుడై, ధారణ స్థిరంగా నిలిచే వరకు ధ్యానించాలి. నడిచేటప్పుడు, నిలిచేటప్పుడు వేరు ఏ కార్యాన్ని చేస్తూ ఉన్నప్పటికీ భగవంతుని ఈ రూపాన్ని మనసులో పెట్టుకొని విడవకుండా ఉన్నట్లయితే, ధారణ సుస్థిరంగా నిలచి ఉన్నది– అని తెలియవచ్చు.

మొదటగా, ఈ విధంగా అస్త్రాలు, భూషణాలు, ప్రత్యంగాలు, ప్రధానాంగం– అనే నాలుగు విధాలయిన విషయాలను గూర్చిన ధారణ స్థిరంగా ఏర్పడిన తరువాత, శంఖం, చక్రం మొదలైన అస్త్రాలను విడచిపెట్టి, అక్షమాల, కిరీటం మొదలైన ఆభరణాలతో, ప్రత్యంగ ప్రధానంగాలతోనూ కూడి ఉండే ఆ తిరుమేనిని శాంతుడై ధ్యానించాలి. ఇది రెండవ ధారణ. ఇది కూడా నిలకడగా కలిగిన తరువాత, ఆయుధాలు, ఆభరణాలు అనేవి లేకుండా, ప్రత్యంగ ప్రధానాంగాలతో మాత్రం కూడినదిగా ఆ భగవంతుని తిరుమేనిని ధ్యానం చేయాలి. ఇది మూడవ విధమైన ధారణ. ఇది సిద్ధించిన తరువాత, అస్త్రాలు, భూషణాలు, ప్రత్యంగాలు అనే అన్నిటిని విడచిపెట్టి, తిరుమేనితో మాత్రం కూడినవానినిగా భగవంతుని ధ్యానించాలి. ఇది ఏకావయవప్రధానమైన చివరి ధారణ అవుతుంది.

ధ్యానం

ఈ విధంగా చెప్పబడిన ధారణ సిద్ధించిన తరువాత, ప్రత్యంగాలు, ప్రధానాంగం, అస్త్రాలు, భూషణాలు అనే వీటికి అన్నిటికి ఆశ్రయంగా ఉండే అవయవిని ధ్యానం చేయడంలో దృష్టిని కలవాడుగా ఉండాలి. ధారణతో చక్కగా ప్రకాశించే శుభాశ్రయాన్ని, అంటే, భగవంతుని దివ్య మంగళ విగ్రహాన్ని నిరంతరంగా ధ్యానించాలి. ఆ సమయంలో వేరు విషయాలను గూర్చిన భావన మధ్యలో ఉండకూడదు. ఈ విధంగా వేరొక విధమైన

భావన ఏమీ లేకుండా, నిరంతరంగా శుభాశ్రయాన్ని గూర్చిన భావనలోని ప్రవాహమే ధ్యానం అనబడుతుంది. ఇది ఇంతకు ముందు తెలుపబడిన ఆసనం, ప్రాణాయామం, ప్రత్యాహారం, ధారణ అనే అంగాలతో ఏర్పడుతున్నది.

తద్రూప ప్రత్యయే చైకా సంతతి శ్చాన్యనిఃస్పృహా,
దతద్ జ్ఞానం ప్రథమైః షడ్భిరంగైః నిష్పాద్యతే నృప!.

ఇటువంటి ధ్యానం దివ్యమంగళ విగ్రహాన్ని ఆశ్రయించి, అంటే, దానిని విషయంగా చేసుకొని ఉన్నందువల్ల, సావలంబనయోగం అని, సబీజయోగం అని చెప్పబడుతున్నది.

ధ్యానం

ఇంతకుముందు చెప్పిన రీతిలో దివ్యమంగళ విగ్రహంతో కూడిన భగవంతుని ఆశ్రయించి ఉండే ధ్యానం, నామరూపాదుల కల్పన లేకుండా, ఆ భగవంతుని దివ్యాత్మస్వరూపాన్ని మాత్రం ఆశ్రయించి, దానిని విషయంగా కలిగి ఉండేది అయినట్లయితే, అదే సమాధి అని అనబడుతున్నది. ఇదే ఉపాసనం అని, భక్తి అని, పరవిద్య అని, వివేకజన్యజ్ఞానం అని ఇంతకు ముందు చెప్పబడింది.

తస్యైవ కల్పనా హీనం స్వరూపగ్రహణం హి యత్,
మనసా జ్ఞాననిష్పాద్యం సమాధి స్సో ఽ భిధీయతే.

ఇది, ఇంతకు ముందు చెప్పబడిన ధ్యానం వరకు ఉండే ఏడు అంగాలతో ఏర్పడుతున్నది. పరమ ఫలమైన, ప్రాప్యమైన, బ్రహ్మాన్ని పొందించే జ్ఞానం ఇదే అవుతున్నది. జ్ఞానంతో పొందవలసిన బ్రహ్మాన్ని పొందేవాడు మూడు విధానైన భావనలను లేని ఉపాసకుడైన ఆత్మయే అవుతున్నాడు. అందుచేత ప్రాప్యం, అంటే, పొందదగినది బ్రహ్మం. ప్రాపకం, అంటే, పొందించేది సమాధి అనే ఉపాసనం. . ప్రాపణీయుడు (పొందింపబడేవాడు) ఉపాసకుడైన ఆత్మ. ఈ సమాధి జ్ఞానం ఇతనికి మోక్షాన్ని ఇస్తున్నది. అనాదికాలంగా శరీర సంబంధమైన మాయచేత ఆవరింపబడిన స్వరూపాన్ని కలిగిన జీవాత్మ ఉపాసనం అనే కారణాన్ని, అంటే, సాధనాన్ని గ్రహించి, మోక్షాన్ని పొందుతున్నాడు. అందుచేత, మోక్షాన్ని పొందడానికి ఈ ఉపాసనా జ్ఞానం కారణంగా, సాధనంగా ఉన్నది. ఇది మోక్షాన్ని ఇచ్చి, తన కృత్యాన్ని నెరవేరుస్తున్నది. మోక్షాన్ని ఇచ్చే పర్యంతానికి ఈ ఉపాసనం సహాయపడుతున్నది. ఉపాసనం అనేది భగవంతుని, తనను అనుష్ఠించేవాని

విషయంలో, అంటే, ఉపాసకుని విషయంలో అనుగ్రహాన్ని కలిగించి, మోక్షాన్ని ఇచ్చేటట్లు చేస్తున్నది – అని ఇక్కడ తాత్పర్యం.

మోక్షంలో కూడా భేదమే.

ముక్తిని పొందిన జీవాత్మ– పరమాత్మ యొక్క ధర్మాలను తాను కూడా పొందుతున్నాడు. పరమాత్మ యొక్క ధర్మాలను, అపహతపాప్మత్వం మొదలైన గుణాలను, మోక్షం పొందిన జీవుడు పొందుతున్నాడు. వెంటనే, పరమాత్మతో అభేది, భేదం లేనివాడై, అవుతున్నాడు. అంటే, జ్ఞానం, ఆనందం మొదలైన గుణాలతో భగవంతునితో సమానుడుగా, ఆనందం మొదలైన గుణాలలో భగవానునితో సమానుడుగా, ఏ తేడా లేకుండా అవుతున్నాడు. పూర్వం, ఇతడు బద్ధుడుగా ఉండేటప్పుడు ఉండే దేవాది శరీర సంబంధం కర్మవశంచేత ఏర్పడింది. అందుచేత కర్మం అంతా తీరగానే, ఆ దేవాదిశరీరం అనే భేదం కూడా తొలగిపోతున్నది.

తద్భావభావ మాపన్నః తతో౽ సౌ పరమాత్మనః,
భవత్యభేదీ భేదశ్చ తస్యాజ్ఞానకృతో భవేత్.

ఈ శ్లోకం, మోక్షంలో జీవునకు పరమాత్మకు అభేదమే ఉన్నదని అర్థాన్ని చెబుతున్నట్లుగా అద్వైతాచార్యులు వ్యాఖ్యానం చేశారు. మోక్షంలో కూడా భేదమే ఉన్నది– అనేదానిని తెలిపేది అని మన పూర్వాచార్యుల సిద్ధాంతం. "తద్భావభావ మాపన్నః" అనే ప్రయోగంలోని స్వారస్యాన్ని గమనిస్తే, ఈ శ్లోకం చూపే వాస్తవమైన అర్థాన్ని చక్కగా గ్రహించవచ్చు. జీవుడు, పరమాత్మ కూడా మోక్షంలో అభేదాన్ని పొందుతున్నారు. ఇద్దరూ రెండుగా కలిసి ఒకటిగా అవుతున్నారు, అంటే, జీవులు జీవస్వభావాన్ని పోగొట్టుకొని, పరబ్రహ్మగానే అవుతున్నారు– అని కదా అద్వైతుల సిద్ధాంతం. ఈ విధంగా అయినట్లయితే, శ్లోకంలో "తద్భావమాపన్నః" అని ఉంటేనే సరిపోతుంది. ఆ విధంగా కాకుండా, " తద్భావభావమాపన్నః "అని రెండు భావశబ్దాలను ప్రయోగించడం వ్యర్థం అవుతుంది. ముక్తిని పొందిన జీవుడు తద్భావాన్ని, అంటే, బ్రహ్మ భావాన్ని పొందాడు–అనే అర్థం ముగిసిపోయింది కదా. ఈ విధంగా ఉండగా, ఇంకా అధికంగా ఇంకొక భావశబ్దాన్ని మహర్షి ప్రయోగించడాన్ని బట్టి మోక్షంలో కూడా జీవాత్మకు, పరమాత్మకు మధ్య భేదమే ఉన్నది –అని ఏర్పడుతున్నది. "తద్భావాః – తస్య భావాః" – పరమాత్మ యొక్క ధర్మాలను, అంటే అపాహతపాప్మత్వం మొదలైనవానిని– అని అర్థం. తేషాం ధర్మాణాం భావం" – ఈ ధర్మాల

ఆవిర్భావాన్ని పొందుతున్నాడు– అని అర్థం. అపహతపాప్మత్వం మొదలైనవి భగవంతునకు వలె జీవాత్మకు కూడా సహజంగా ఉన్నాయి అయితే, అవి కర్మవశంచేత సంసార దశలో మరుగుపడి ఉండిపోయాయి. జీవుడు మోక్షం పొందగానే, అవి ఆవిర్భావాన్ని పొందుతున్నాయి. అందుచేత ఇతడు పరమాత్మతో ఏ తేడా లేకుండా అవుతున్నాడు– అనేదే ఋజువైన అర్థం. అందుచేత, మోక్షంలో కూడా జీవునకు, పరమాత్మకు మధ్య భేదమే ఉన్నది అయినప్పటికీ విభాగించి తెలుసుకోవడం సాధ్యం కాదు. ఈ అర్థంలో రెండు భావశబ్దాలు అర్థవంతాలు అవుతాయి. (ఇక్కడ ఇంకా వివరాలను తెలియగోరేవారు తమ తమ ఆచార్యుల సన్నిధిలో ప్రార్థించి తెలియాలి)

సంసారదశలో ప్రతి జీవునకు తమను మానవునిగాను, దేవునిగానూ పలు విధాలుగా భావిస్తున్నారు. ఈ భేదం కర్మచేత ఏర్పడినది. నిజానికి అన్ని ఆత్మల స్వరూపం జ్ఞానానందమయంగానే ఉన్నందువల్ల, వాటిలో భేదమే లేదు. దేవ మనుష్యాదిభేదాన్ని కలిగించే కర్మలు మొత్తం పరమాత్మ దర్శనంతో నశించిన తరువాత, దాని కార్యమైన భేదం మాత్రం ఏ విధంగా అక్కడ అనువర్తిస్తుంది?. లేని జీవ పరమాత్మల భేదాన్ని ఎవడు కల్పించగలడు? తెలియగలడు? అందుచేత మోక్షంలో పరమాత్మ కంటే భిన్నుడై ఉండే జీవుడు ఇంతకుముందు కర్మవశంచేత ఏర్పడిన నామరూపాలను కోల్పోయి, విభాగించి తెలుసుకోవడానికి వీలు లేని విధంగా భగవంతునితో పరమసామ్యాన్ని పొందుతున్నాడు. ఇటువంటి మోక్షాన్ని ఇచ్చేది ఈ సమాధియే" అని తనను ప్రశ్నించిన ఖాండిక్యునకు కేశిధ్వజుడు అష్టాంగ యోగాన్ని సంగ్రహవిస్తరంగా తెలిపి, " ఇంకా నీకు నేను చేయవలసినది ఏదైనా ఉన్నదా?" అని అడిగాడు.

దీనిని అంతటిని ఆలకించిన ఖాండిక్యుడు " కేశిధ్వజా! నా ప్రార్థనకు అంగీకరించి, అష్టాంగ యోగాన్ని పూర్తిగా మీరు ఉపదేశించారు. ఇందువల్ల నాకు అన్ని ఉపకారాలను చేసినవారయ్యారు. ఈ ఉపదేశం చేత నా మనసులో ఉండే అజ్ఞానం మొదలైన దోషాలు అన్నీ తొలగిపోయాయి. " నేను, నాది" అని దీనికి ముందు నేను చెప్పడం అంతా తప్పే. అయినా, లోకంలో పరమాత్మ సాక్షాత్కారం పొందినవారు కూడా "నేను, నాది "అని చెప్పడం తప్ప, వేరు విధంగా వ్యవహారం చేయడం సాధ్యం కాలేదు. " నేను, నాది" అని భావించడం అన్యథాజ్ఞానమే అవుతున్నది. ఇందువల్లనే, ఆడ, మగ, పశువులు, పక్షులు అనే భేదవ్యవహారాలు లోకంలో ఏర్పడుతున్నాయి. ఆత్మ స్వరూపం అయితే నాశం లేనిది. ఆడ,

మగ అనే మాటలకు అందనిది. నాకు ఆవశ్యకమైన హితాలను అన్నిటిని మీరు చేశారు. ఇక మీరు వెళ్లి రండి" అని కేశిధ్వజునకు ఉపచరించి, అనుజ్ఞ ఇచ్చి పంపించి వేశాడు. అతడు కూడా ఆ విధంగానే తన నగరానికి చేరుకున్నాడు.

ఖాండిక్యుడు సిద్ధిని పొందాడు

ఖాండిక్యునకు మళ్ళీ రాజ్యం లభించింది. ఆ రాజ్యంలో తన కుమారుని ప్రభువుగా చేశాడు. తన మనసును భగవంతుని చరణాలలో నిలిపి, ధ్యానం చేయడానికి తగిన వనానికి వెళ్ళాడు. అక్కడ యమ నియమాది అంగాలను ఆచరించి, భగవంతుని ఎల్లప్పుడూ ధ్యానం చేసి, చివరిలో భగవంతునితో పరమసామ్యాన్ని పొందాడు.

కేశిధ్వజుడు కూడా మోక్షాన్ని పొందాలని కోరి, దానికి అడ్డుగా ఉండే కర్మలను పోగొట్టుకోవడం కోసం ప్రయత్నం చేసి, విషయాలను అనుభవిస్తూ వచ్చాడు. ఏ ప్రయోజనం కోరకుండా కర్మలను ఆచరిస్తూ ఉన్నాడు. సుఖదుఃఖానుభవాలతో పుణ్య పాపాలను అన్నిటిని పోగొట్టుకొని పవిత్రుడై, సంసారతాపాలను అన్నిటిని పోగొట్టే మోక్షాన్ని పొందాడు.

★★★★★